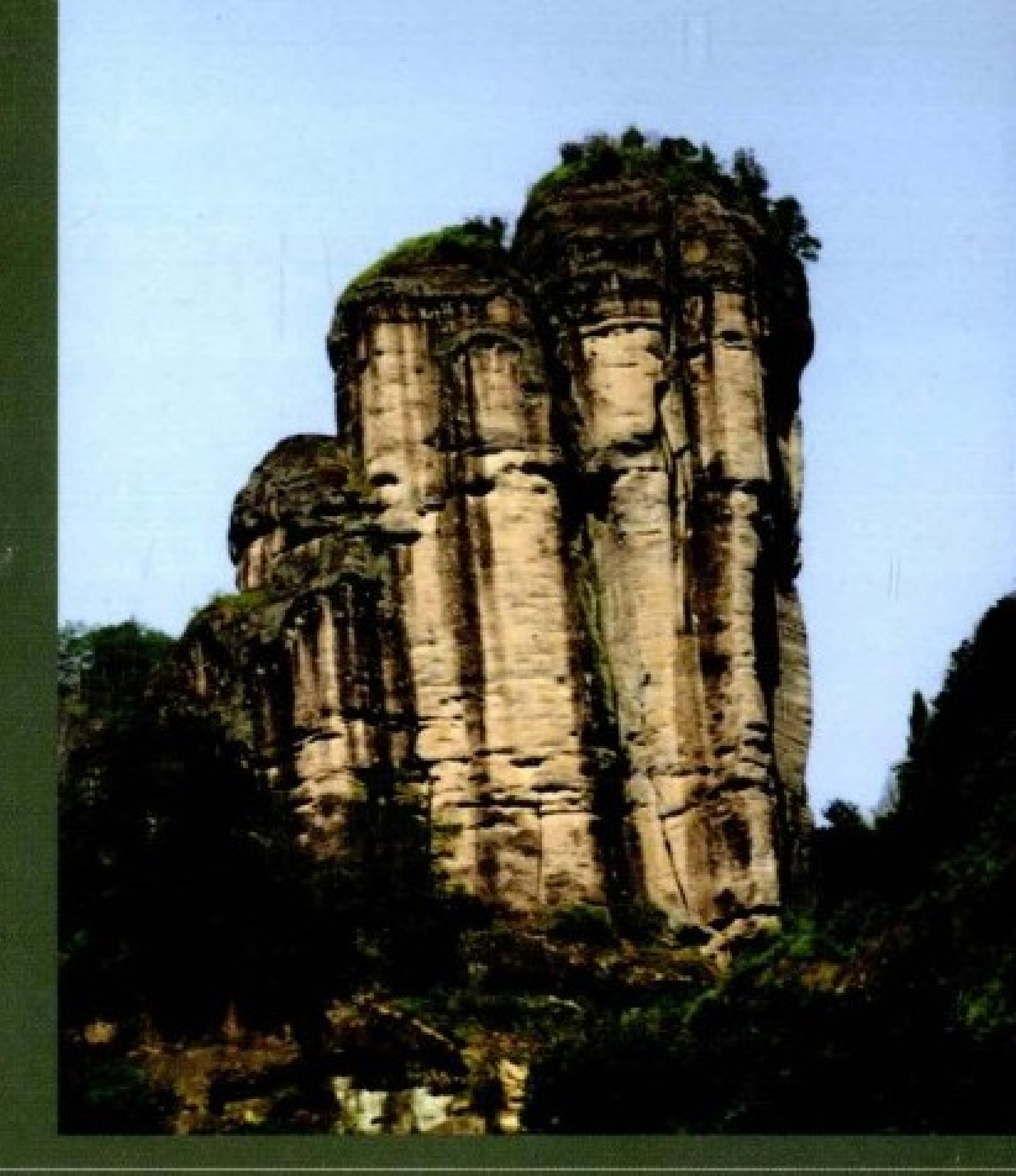
中国读本



国的名山大川，浸润着千万年古老文明的历史，回荡着人与自然的交响。
们从千千万万脊道山水中被选择、保护和建设起来，以天赋魅力成为人类
神情感的寄托。

中国的名山大川

谢凝高 著

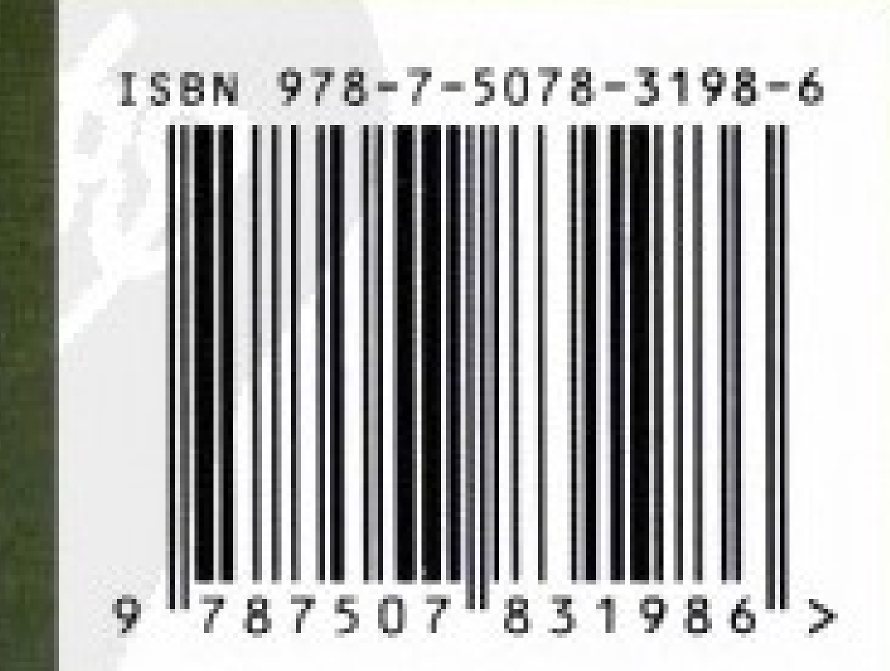
中国国际广播出版社

中国读本

中国的名山大川

谢凝高 著

中国国际广播出版社


ISBN 978-7-5078-3198-6
9 787507 831986 >
定价：16.80元

图书在版编目（CIP）数据

中国的名山大川/谢凝高著. —北京:中国国际广播出版社，2010.10
（中国读本）
ISBN 978-7-5078-3198-6

Ⅰ.①中… Ⅱ.①谢… Ⅲ.①山（地理）-简介-中国 ②水（地理）-简介-中国 Ⅳ.①K928

中国版本图书馆CIP数据核字（2010）第160971号

中国的名山大川

著　　者	谢凝高
责任编辑	孙兴冉
版式设计	国广设计室
责任校对	徐秀英
出版发行	中国国际广播出版社（83139469　83139489[传真]）
社　　址	北京复兴门外大街2号（国家广电总局内）
	邮编：100866
网　　址	www.chirp.com.cn
经　　销	新华书店
印　　刷	北京广内印刷厂
开　　本	640×940　1/16
字　　数	77千字
印　　张	10.5
版　　次	2010年10月 北京第一版
印　　次	2010年10月 第一次印刷
书　　号	ISBN 978-7-5078-3198-6/K·180
定　　价	16.80元

目录

第一章

名山大川的由来

中国名山大川的产生和发展过程，就是风景名胜区功能的发展变化过程，也是人与大自然精神关系的深化过程。这个过程大体经历了三个大阶段，即自然崇拜—宗教与审美—审美与科教。

一　自然崇拜

从考古发掘的甲骨文和最早的文献记载来看，早在人类社会的初期，自然崇拜现象就十分普遍。由于人们对大自然缺乏科学认识，便将各种自然现象如日、月、天、地、山、水等，当作自然神加以崇拜，借以寄托人们对自然的精神和心理的祈求。成书于春秋战国时代的《山海经》所记载的400多座山中，都有不同规格的祭祀，可见当时对自然神崇拜的普遍性。《史记·封禅书》引《周官》的话说："天子祭天下名山大川，五岳视三公，四渎视诸侯，诸侯祭其疆内名山大川。"可见那时，祭祀山水已分政区和等级，帝王祭祀五岳、四渎，地方官祭祀地区性的名山大川，老百姓祭祀当地的名山水。五岳是指东岳泰山、西岳华山、南岳霍山（今安徽天柱山）、北岳恒山、中岳嵩山。四渎是指四条大河：黄河、长江、淮河和济水。与五岳相应的有

五镇（大山），即东镇沂山（山东），南镇会稽山（浙江），西镇吴山（陕西），北镇医巫闾山（辽宁），中镇霍山（山西）。还有九镇，当时把全国分为九州，每州都有自己的镇山。在诸多山神崇拜对象中，名山和大川逐渐成为大自然的代表，五岳四渎则象征整个中华的神州大地。

崇拜自然山水神，是人类发展过程中的普遍现象，而天子祭名山大川，封禅泰山，则是中国名山大川发展史上的特有现象。封禅是古代帝王祭祀天地的一种礼仪活动。封，是帝王到泰山顶上祭天；禅，是在泰山脚下的小丘上祭地。封禅活动历史悠久，但有史实记载的是秦始皇于公元前219年，登泰山顶祭天，在泰山脚下小山梁父祭地，并命丞相李斯刻石纪功。从此，封禅活动便成为封建社会劳民伤财的国家大典。帝王封禅泰山包含着祭祀天和地，朝廷祭祀四渎，亦代表天下河川。这就从人们普遍祭祀具体的山山水水，发展到祭祀那些富有象征意义的名山大川。从而把名山大川从普通的作为物质利用的对象中分离出来，保护起来，作为象征性的祭祀对象加以崇拜。这就是先秦时代名山大川的主要功能和人与自然精神关系的主要形式——祭祀。

在普遍的自然神崇拜中，民间也萌发了人对山水的感情和审美苗头，如《诗经》中就有不少歌颂自然山水美的诗句，“泰山岩岩，鲁邦所瞻”，“嵩高维岳，峻极于天”等等。有的学者、思想家对人与自然的关系也有了新的见解，如老子、庄子都力图探索天与人相通之处，提出天人和谐

的思想，这对后世关于人与自然精神关系的发展产生了很大影响。孔子提出“仁者乐山，智者乐水”的山水观，认为山和水的形象与人的美德相类似，所以人们把山水作为审美对象欣赏它们。这在山水审美史上称为“比德”。比德思想也深深影响着后人的山水审美意识。

二　宗教与审美

汉代，中国产生了道教，传入了佛教。宗教在人们的精神生活中逐渐产生影响。道教认为名山是神仙居住的地方，所以教徒们上山修道，以求得道成仙。佛教则要求信徒彻底转变自己的世俗欲望，通过潜心苦修求得解脱。出于教义与修身养性的目的，他们把名山胜境作为超脱尘俗的“仙山佛国”，看成进行宗教活动的理想场所。道教、佛教与自然神崇拜的主要区别，前者是崇拜人神鬼神，后者是崇拜自然神。“天下名山僧占多”，教徒们占名山胜境，是进行宗教活动，而不是崇拜山神和水神。

魏晋南北朝时期，游览名山大川已成为士大夫、文人的新风尚，自然山水开始成为人们独立的游览审美对象。热爱名山大川、寄情山水的诗人、画家、士人、官宦、僧人和道士们常常集结于名山胜水之间，欣赏山水，清谈玄理，吟诗作画，建设寺观，参禅悟道，结成朋友。可见，中国名山风景的开发和建设，一开始便有许多有文化素养

的人士参与，渗透了深厚的文化内容。优美的自然风景激发了他们的灵感，于是悟之于胸，发之于笔墨，开创了中国山水文化的新纪元。在中国文学史上产生了山水诗，在中国绘画史上诞生了山水画派。山水诗和山水画，都是作者游览名山大川与自然山水神交情合的结果。如山水诗奠基人谢灵运即以纵情遨游名山大川而出名，山水画家宗炳，更是“栖丘饮谷”30多年，竟不知老之将至的人，由于他的心灵与山水融为一体，所以有深刻的审美体验，达到出神入化的畅神境界。使审美主体进入山水审美的自由王国，从而获得自然美的最大享受。

名山大川的功能经魏晋南北朝时期的发展，完成了从自然崇拜到宗教与审美的伟大转变，并产生了崭新的山水文化，包括：山水美学、山水诗、山水画、山水文学、山水园林、山水音乐、风景建筑、宗教文化、山水地理以及有关山水的哲学思想等。风景这一名词及概念也是从这一时期产生的。山水风景在人们，尤其在文人士大夫的精神文化生活中占有重要地位。

唐宋时期，经济发达，文化繁荣，宗教隆盛，文人学士游览名山大川，群众性的朝山进香和游览风景名胜活动相当盛行，这就大大促进了名山大川的建设，不仅有寺庙、宫观等宗教建筑，而且有许多书馆、书院、亭阁及摩崖石刻等文化景观点缀在自然山水之间。即便是寺庙、宫观，也无不渗透着山水文化的光彩。不少文人、名士、学者、官宦及旅行家，为追求自然山水之美而踏遍天下名山大川。

他们情寄山水，触景生情，发之于笔墨，著之于文学，再现于书画，把山水文化推上了历史高峰，在整个社会精神文化生活中所产生的巨大影响，已不在宗教文化之下了。

“一生好入名山游”的李白，以“一斗百篇逸兴豪，到处山水皆故宅”的豪情逸趣，浪迹天下，为名山大川写下大量不朽佳作。李白的诗因得灵于名山大川，显得博大瑰奇；壮丽的河山亦因李白的诗而更加绚丽多彩。苏东坡一生屡遭贬谪，飘游四方，但他热爱祖国山水，见到名山大川就兴高歌咏。他深得长江之壮美，高歌“大江东去，浪淘尽，千古风流人物”。他钟爱西湖之秀丽，写下了“水光潋滟晴方好，山色空濛雨亦奇。欲把西湖比西子，淡妆浓抹总相宜”的绝世佳作。苏东坡不仅热爱山水，在他做地方官时，还带领百姓先后疏浚建设过三个西湖，把水利工程与风景建设结合起来。今天杭州西湖的苏堤和广东惠阳西湖的苏公堤便是当年的杰作。

宋山水画家郭熙对真山水的观察欣赏非常深入，他在《山水训》中总结了一套观赏山水的理论和方法，如“真山水之川谷，远望之以取其势，近看之以取其质”。意思是远看把握山体的宏观形态，近看要仔细观察山石的本质特征。他还提出不同季节人与山水环境的感应关系，从而产生不同的美感和情感。在中国山水画论中，对山水风景中自然景观与人文景观的关系作了生动贴切的比喻，“山之体，石为骨，林木为衣，草为毛发，水为血脉，云烟为神彩，岚霭为气象，寺观村落桥梁为装饰也”。这对我们在名山大川

建设中处理自然与人文景观关系仍有借鉴作用。

唐盛世，也是宗教发展最隆盛的时代，尤其是佛教。佛寺遍及名山大川，宫观进入仙山洞天，大大促进了风景区的开发和建设。成千上万的人朝山进香、游览山水，是古代较大规模的旅游方式。这种活动也培养了人们对名山大川的审美意识和保护、建设风景名胜的自觉性。

宋代盛行于名山大川办书院，为风景区增添了新的文化功能。著名的宋代“天下四大书院”，成了今日有名的历史文化景观。

唐宋时期出现了大批闻名全国的名山大川和游览胜地，不仅有传统的五岳、五镇、四渎及省、州、县的十景、八景等风景名胜系统，而且有道教“三十六洞天”、“七十二福地”和佛教四大名山等多种系统的名山。此外，还有许多著名的风景游览城市，如杭州、苏州、扬州、桂林等。现在我国84座国家级风景名胜区和省市级风景区，绝大多数在唐宋时期就已成名了。

明清时期名山大川发展虽无重大突破，但在山水审美、建设和科学研究等方面，也在不断地深化和提高。例如明成祖朱棣时建设道教名山武当山是我国名山风景区建设史上最典型最成功的实例。用现代的话说，武当山是国家投资，统一规划，统一设计，统一施工，连续完成的。朱棣的目的是宣扬“君权神授”，借“玄岳治世”来巩固自己统治地位。但武当山在风景建设上充分体现了我国山岳风景建设的传统特色，创造了以自然景观为主，自然与人文融

为一体的完美景观。尤其是为保持自然山体的完美性，在设计施工时，朱棣还亲自下圣旨“其山本身分毫不要修动”。正是由于历代风景区建设严格遵循因山就势，不破坏地形，虽经历数千年岁月，我国的名山大川风景依然保持她那美丽的自然风貌，融入了得体的文化景观。这些宝贵的经验，仍然是指导我们今天建设中国山水风景区的重要原则。

我国名山大川中现存的大量历史文化景观基本上都是明清时期重建或重修的。

三　审美与科学教育

对于自然山水成因规律的科学探索，早有许多科学家作出过卓越的贡献，如宋代科学家沈括曾考察雁荡山风景地貌的成因，认为是流水对地形的侵蚀作用形成的。明代地理学家徐霞客，前后用30年时间，遍历中国名山大川，考山脉，探河源，洞察山川的美学特征，并探究其成因，尤其对岩溶地貌的考察研究，遥遥领先于世界岩溶地貌科学的前列。

用现代自然科学来研究名山大川，开创于20世纪之初，而全面广泛地研究山水自然科学，如地质、地貌、植被、水文、气候、生态等科学，则是解放以后的事。据笔者对全国大多数传统名山大川考察来看，尤其是山岳风景区，

其自然景观的典型性，多具有较高的科学价值，也就是说，中国传统山水观认为具有美学价值的自然景观，今天从自然科学观点来看，也往往具有某类或几类科学价值。因此，我国的名山大川，不仅是审美对象，而且是研究和了解地球演变的天然博物馆。随着现代自然科学的发展，人与大自然的精神关系也将进入新的美学和科学教育的时代。

随着人与大自然精神交往的深化和山水文化的丰富和发展，名山大川的功能也在不断地丰富和发展，形成今天以审美和科学教育为主的多功能的精神文化活动中心。

第二章

中国名山大川的含义

中国的名山大川，有着数千年古老文明的历史。它们从千千万万普通山山水水中被选择、保护和建设起来，主要满足人们对大自然的精神文化生活上的需求，具有独特的文化内涵和景观风貌。其主要特征有三：一是具有美学价值的山川自然景观；二是具有科学和生态学价值的自然景观；三是以自然景观为主，人文景观为辅，自然与人文融为一体的山水景观。名山大川与风景名胜区的含义基本上是相同的。

一　名山大川的自然美

人们对名山大川的认识和利用，从早期的敬畏、崇拜到现今的审美、科学教育，经历了很长的历史时期。中国人在自然山水的审美历程中积累了丰富的经验，形成中华民族特有的山水审美感受。美感和审美都属于主观意识，是因人而异的。不同时代、不同阶级、不同民族、不同文化素养的人，往往是不尽相同的。但从总体上看，也有基本相同的美感，例如古今中外，凡游历过桂林的人，无不盛赞“桂林山水甲天下”。可见，对山水自然美的认识，是存在着共性的。至于具有5000年文明历史的中华民族，对

于名山大川自然美的共识就更多，已形成对山水自然美的传统看法。

山水自然美包括：自然山水的形象美、色彩美、线条美、动态美、静态美、嗅觉美、听觉美等等。其中形象美是名山大川自然美的基础。

（一）自然山水的形象美

形象美，是指名山大川自然景观总体形态和空间形式的美。从古今诗人、画家、旅行家、游客等对我国传统名山大川自然美的评价，以及在现代地学考察工作的基础上，可将山水自然美概括为：雄、奇、险、秀、幽、奥、旷等形象特征。这些形象特征是由各名山大川的地貌、植被、水文、气候等构景要素在不同的地质、地理环境中形成的总体特征，即各座名山或大川的宏观势态。

什么样的自然景观称之“雄”呢？主要指山岳形体的高大形象。高，是指相对高度，如“泰山天下雄”，是因泰山位于华北平原的东缘，其相对高度大。它以磅礴之势凌驾于齐鲁丘陵之上，显得格外的高大雄伟。山的体量宏大，坡度陡峭，线条挺拔也是构成雄伟形象的要素。又如一座百米高、坡为50°的山，另一座高千米，坡仅为20°的山，由于坡度大、观景仰角大，其视觉效果使前者要比后者更为雄伟。

什么样的景观称为“奇”？“奇”观，是指山水的景观形态非同一般，大有出人意料，异乎寻常之感。人称“黄

山天下奇”，奇在山石、苍松、云海、水泉等构景要素的变幻莫测，“不类他山”。黄山奇峰——叠嶂连云，劈地摩天，千米以上山峰有72座之多，高低错落，变化无穷；黄山奇石——造型别致，千姿百态；黄山奇松——盘根虬枝，或悬结于危岩，或于峭壁破石而出，苍郁挺拔；黄山云海——缥缈多变，静似雪海，动如狂涛；黄山水泉——不仅湖、溪、潭、瀑尽有，而且有温泉经年喷涌，不涸不溢，为游人沐浴解乏提供了极好的条件。石、松、云、水巧妙结合，构成层出不穷的奇观。

什么景观称“险”？坡度特别大，山脊高而窄，悬崖深谷，峭壁凌空，构成险峻的景观。常言“自古华山一条路”，就是说华山的山势之险峻。鸟瞰华山，犹如一方天柱，拔起于群山之中，四壁陡立，形同斧劈，坡度达80°~90°，峰顶与谷底高差上千米。其主峰海拔2 000余米，游人登顶必须手攀铁索，经“千尺幢”、“百尺峡”、“擦耳崖”、“上天梯”等险径，才能到达顶峰，领略其无限风光。险峻不但给游人以美感，而且激起人们探险的好奇心和征服险峰的决心。历险的过程，就是磨练意志的过程。因此，险峰往往是名山中最吸引人的景点，座座名山都有自己的险峰。

什么景观谓之“秀”？秀丽的山水，需具备三个条件，一是山体丰满，起伏和缓、别致、轮廓线条柔曲优美；二是有优良的生态环境，植被覆盖率高，山石、土壤很少裸露，色彩葱绿，生机盎然；三是流水潺潺，清泉汩汩。所

谓山青水秀，说明它们之间的构景关系。我国南方雨量充沛，植被繁茂，景观都以秀色著称，如峨眉之雄秀，西湖之娇秀，富春江之锦秀，桂林、雁荡、丹霞之奇秀等。

什么景观称为“幽”呢？幽景常以崇山深谷、山间盆地，或山麓山岙（ào）为地形基础，辅以参天乔木构成半封闭的空间。幽景视域窄小，光量少，空气洁净，景深而层次多。有迂回曲折之妙，无一览无遗之弊。幽与深、幽与静都是密切相连的。所谓曲径通幽，就是指幽景包含深与静的因素。这种景观常见于三面或四面环山，一方或二方出口的小盆地，尤以出口朝南为最佳。出口朝南符合我国的季风气候，即冬挡西北风，夏迎东南风，就是古代的东青龙西白虎、南朱雀北玄武的风水宝地。这些宝地往往都是名山大川之中筑寺庙、建书院的理想之处，如五台山的台怀镇，峨眉山的伏虎寺，天台山的国清寺，庐山的白鹿洞书院等等。

什么样的景观为“奥”呢？奥是比幽景更为封闭的景观。其四周崖壁环列，通道似岩隙，曲折而出，深如井底；或是洞穴景观等。武陵源奇峰拔地，深谷如渊，沿金鞭溪及其支谷游览，有如深渊探秘，处处都被数百米高的峭壁悬崖、笔立奇峰所围，加之丰茂的植被，非中午时分，不见天日，真可谓天下奥区。又如，雁荡山的灵峰观音洞，武夷山的茶洞，以及众多石灰岩溶洞，都给人奥秘莫测之感。

什么景观为“旷”？旷景主要分布于视野开阔的区域。

旷，有平旷和高旷之分。平旷景观，常见于宽阔的水面，或一望无际的平原。如“孤帆远影碧空尽，唯见长江天际流”，就是浩荡大江之旷景。“八百里洞庭水浩渺”，“五百里滇池奔来眼底”都是平旷景观。高旷，则是登高山而得，如登泰山之巅，有“一览众山小”的景观。旷景令人心旷神怡，神思浩荡，发人遐思畅想。

古人对名山大川景观形象的评价很多，如泰山天下雄，黄山天下奇，华山天下险，峨眉天下秀，青城天下幽等。这都是指各名山的总体特征。事实上，每座名山大川，在它的总体形象中，也都包含雄、奇、险、秀、幽、奥、旷等基本形象特征。如泰山，雄伟之中还包含险、秀、奇、幽、奥、旷等景点。

自然山水的形象特征，都是在漫长的地质演变、地貌发育、生态演化过程中形成的。它按自然的节奏和韵律组成一个丰富多彩的美的空间综合体。这些基本形象特征不是孤立的，而是彼此有机地联系和变化的，就像音符可组成无穷的乐章。

（二）自然山水的色彩美

大自然不仅为我们塑造了高达千仞的凌云高峰，小至方寸的玲珑巧石，波涛汹涌的江河大海，涓涓细流的清泉小溪，展示其丰富多彩的形象美，而且还提供绚丽多姿的色彩美。自然景观色彩可分山色、石色、天色、水色和植物色等。

山色系指山体的混合色、调和色，近山绿而远山蓝，渐远渐淡，层次分明，直至天边。石色，是相对稳定的色彩，深沉而凝重，细看则十分丰富。如，碧水丹山的武夷山是红色砂岩构成的景观，青色的石灰岩构成的路南石林，色彩斑斓的变质岩铺就的泰山桃花峪彩石溪，黑色玄武岩构成的峨眉山牛心亭的“牛心”等。如若漫步河滩海滨，细品那些经流水搬运磨圆的卵石，则各色齐全。

水本来是无色透明的，然而在不同的地理环境中，由于所含矿物质及洁净程度的不同，而产生丰富的色彩。黄河因含沙量大，成为世界上特有的黄色巨流，在阳光下金涛滚滚，蔚为奇观。金沙江的白浪，富春江的碧波，都以不同的色彩给人留下深刻印象。九寨之水天下美，不仅是九寨的水具有湖、溪、潭、瀑等形态上无穷变化与组合，而且九寨之水美在洁净，动则浪花如飞雪溅玉，静则碧如宝石，更奇者因含矿物质不同，在透明中呈现五彩缤纷，晶莹艳丽。至于碧蓝无垠的大海和汹涌澎湃的海涛，更使人思潮叠起。

天色，素以蓝天白云为佳景。然而，在名山以天色取胜者不仅如此，如泰山日观峰观旭日东升，霞光万道；黄山排云亭看夕阳西下、落霞满天等，都是天色佳景。唐代诗人王勃的《滕王阁序》名句“落霞与孤鹜齐飞，秋水共长天一色”，则是指天色、水色交相辉映的美景。

植被的色彩，是生命之色，最富有情感，色彩最为丰富。其中以绿色为基调，配以五彩缤纷的鲜花。我国不少

名山大川都有自己的特产花卉，如云南苍山的山茶花，峨眉山的高山杜鹃花，广西左江的攀枝花（木棉花）等。它们构成大片艳丽的宏观景色。植被随着四季交替，呈现季相变化，即所谓春翡夏翠秋金冬银的四季植被景色。

天气的变化，阴、晴、雨、雪都赋予大自然不同的色调，使审美者产生不同的情感感应。洁白无瑕、银装素裹的雪景，历来是诗人、画家的咏赏对象，也是旅行家难得的景观。徐霞客初登黄山，就遇“石级为积雪所平，一望如玉”的美景。我国青藏高原的雪山冰峰高耸于湛蓝的碧空之中，构成神话般的境界，深深地吸引着中外探索者。现在，四川的贡嘎山、新疆的天山天池、云南的玉龙雪山等均已成为国家风景名胜区，吸引着中外游客。

淡云薄雾常给山岳敷上一层调和色，使群山的色彩变得柔和、淡雅、协调。晨雾晓烟如薄纱，遮盖了一些繁杂的山石和枝叶，增添了峰峦的整体感，使重叠的峰峦层次分明，显得更深远。如桂林的石灰岩峰林景观，近看不如远看，逆光胜似顺光，若绕以淡云薄雾，则最为美妙。我国南方湿度大，雨雾多，在雨绵绵、雾蒙蒙或晨曦朝晖、夕阳雾霭中，则别有佳景，独具风姿。

（三）自然山水的动态美

动与静是相对的，如“船上看山如走马，倏（shū）忽过去数百群”，这是苏东坡泛舟观景所得的动态美感。

宇宙间万物都在不停地运动，山也是随地壳的变化

运动着，只是人们在山水审美瞬间，山、石是静止的，而水却是动的。因此，水是自然景观中最活跃又较稳定的动态构景要素。水是山的血脉，生命之源泉，故有水能使山活之说。水作为景观形态，有相对静的湖与潭，不停流动的溪水、大江以及瞬息万变的飞瀑、狂涛。山中观瀑，远望如匹练垂空，似静态；近观飞瀑，若狂飙落九天，为动态。汹涌奔腾的长江，赋予三峡以惊心动魄的美感。贵州的黄果树瀑布、井冈山龙潭瀑布、雁荡山大龙湫瀑布以及庐山三叠泉瀑布等，都是具有很大吸引力的动态美的景点。



黄果树瀑布

流云飘烟，自深谷冉冉升起，峰峦在云雾中时隐时现，风起云动，云飘似山移，构成“山在虚无缥缈间”的意境，这也是自古以来山水审美中的动态美。云烟是不稳定的动态美要素，科学地分析景区的气候特征，就能掌握其一般规律，捕捉云烟美景。云烟比水更富变化，它时而如大海波涛，汹涌翻滚，时而悠然飘逸，徐徐从你身边掠过。置身其间，宛若“仙境”，如作“云游”。

风是无形的，但它能驱动浮云，掀起波澜，摇拂柳枝，激发松涛……风是产生动态美的一种动力，为自然山水增添活力。

（四）自然山水的听觉美和视觉美

山水的形象、色彩、动静之美，使游人从大自然获得视觉美，而名山大川还赋予我们听觉和嗅觉美。人们习惯用鸟语花香来形容它们。瀑落深潭、惊涛拍岸、溪流山涧、泉泻清池、雨打芭蕉、风起松涛、幽林鸟语、寂夜虫鸣等等，都是组成自然交响曲的音响。对于久居喧闹城市的人们，能亲耳听听黄山的松涛、九寨沟的飞瀑流泉、峨眉山万年寺的“弹琴蛙”的奏鸣、普陀山潮音洞的大海涛声；闻一闻井冈山桂花坪的桂花飘香……无疑是一种极大的享受。

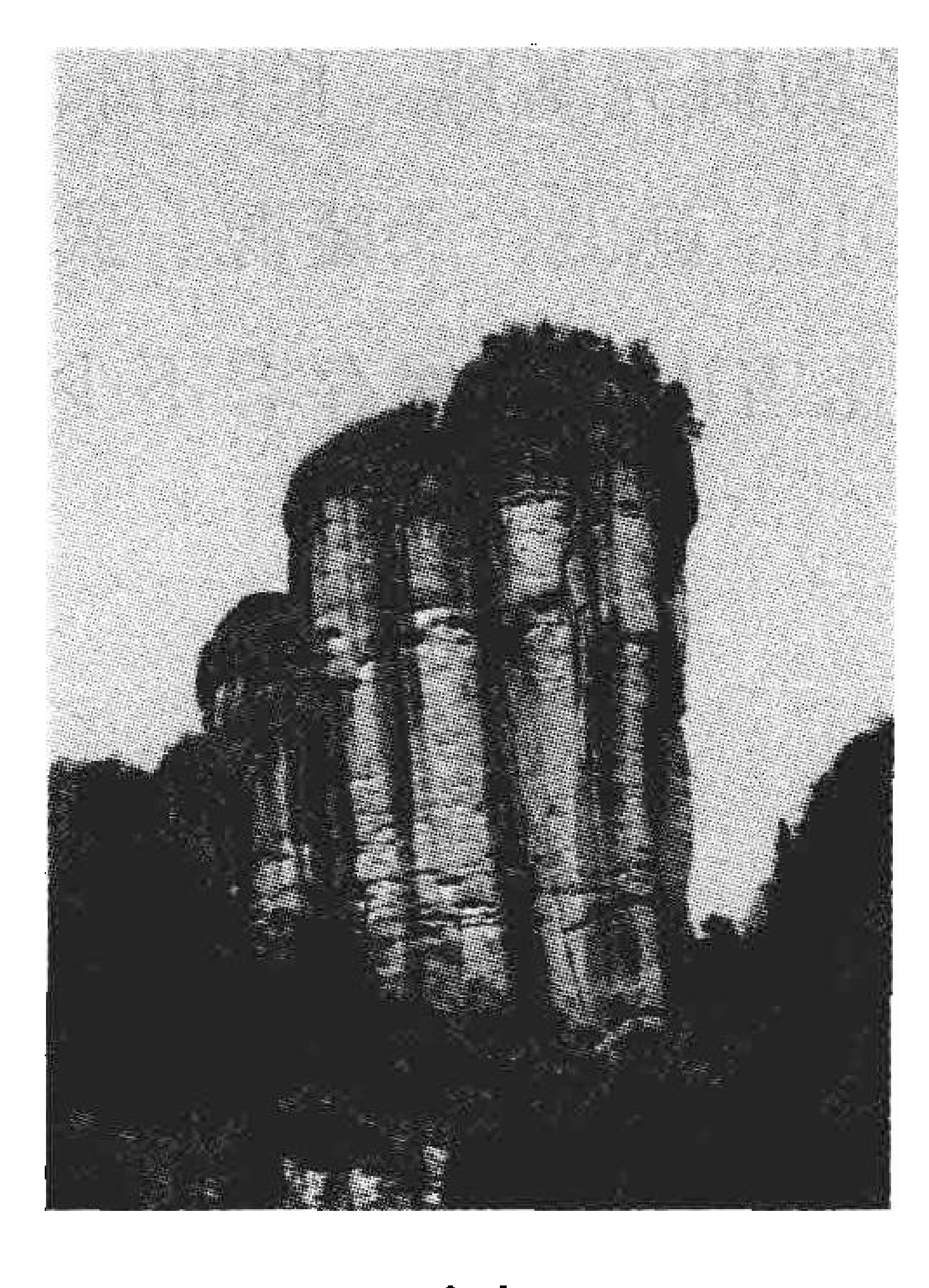
二　地球历史博物馆

山脉河川都是地球演变过程中形成的自然景观。我国的名山大川，不仅有它们的自然美，而且都是地球发展史上的一些典型景观标志。它们对于研究地球、认识地球具有很高的科学价值。

名山大川的形象特征，都是在不同的地质、地理条件下形成的。例如，雄伟、险峻形象的山岳，都是处于地壳上升运动较强烈、断层较发育的地区。泰山、峨眉山、华山、衡山、黄山等，都是被几组断层切割而隆起的断块山。它们形象高大，拔地通天，气势雄伟。尤其是那些垂直节

理发育的花岗岩高山，峰如斧劈，崖似壁立，巍峨奇险。

长江三峡是世界上不多见的峡谷景观。峡谷是河流切割的痕迹。三峡的切割深度达1 500米。至今，我们还可在距江面1 500米的山顶上找到磨圆度很好的卵石，这些卵石是7000万年前古长江河床的遗物。



武夷山

雕镂百态的峰林、石林等石灰岩地貌奇观，则是由水的化学溶蚀作用形成的。山水甲天下的桂林漓江，就是世界上规模最大，发育最典型的峰林地貌。称作“赤壁丹崖”的红色砂砾岩景观，要数丹霞山、武夷山、齐云山、龙虎山等名山最为典型。典型的火山地貌，有东北的五大连池，长白山天池和台湾的阳明山等。它们不但景观奇特，而且是研究地球发展历史的珍贵依据。

大自然的演变过程，除地质、地貌外，还有植被的演替，生态环境的变迁，都直接关系到人类的生产和生活。植被，是指覆盖在一定地区与其环境条件相适应的所有植物的总称。我国地域广大，地形复杂，气候多样，植被类型极为丰富，几乎包括除极地冻原以外现代世界上所有的主要植被类型。此外，还有我国独特的高寒植被。各种植被沿南北、东西和高度三个方向的“三维”空间分布，呈现明显的地带性和区域差异。在我国的名山大川都能找到

它们的踪迹。但是，由于我国历史悠久，人口众多，绝大部分山川都被开发利用，原有的植被遭到相当严重的破坏或改造。只有少数名山大川、风景名胜地作为精神文化生活的需求，才程度不同地保留了自然植被。这些珍贵的自然植被，不仅为游人提供了丰富多彩的景观资源，而且成为现代生态环境科学和植物生态学的研究基地。长白山、峨眉山、西双版纳、三清山、井冈山、黄山、武陵源、武当山、鸡足山、贡嘎山、天山、玉龙雪山等都保存着不少价值极高的自然植被。

三　人与自然交响曲

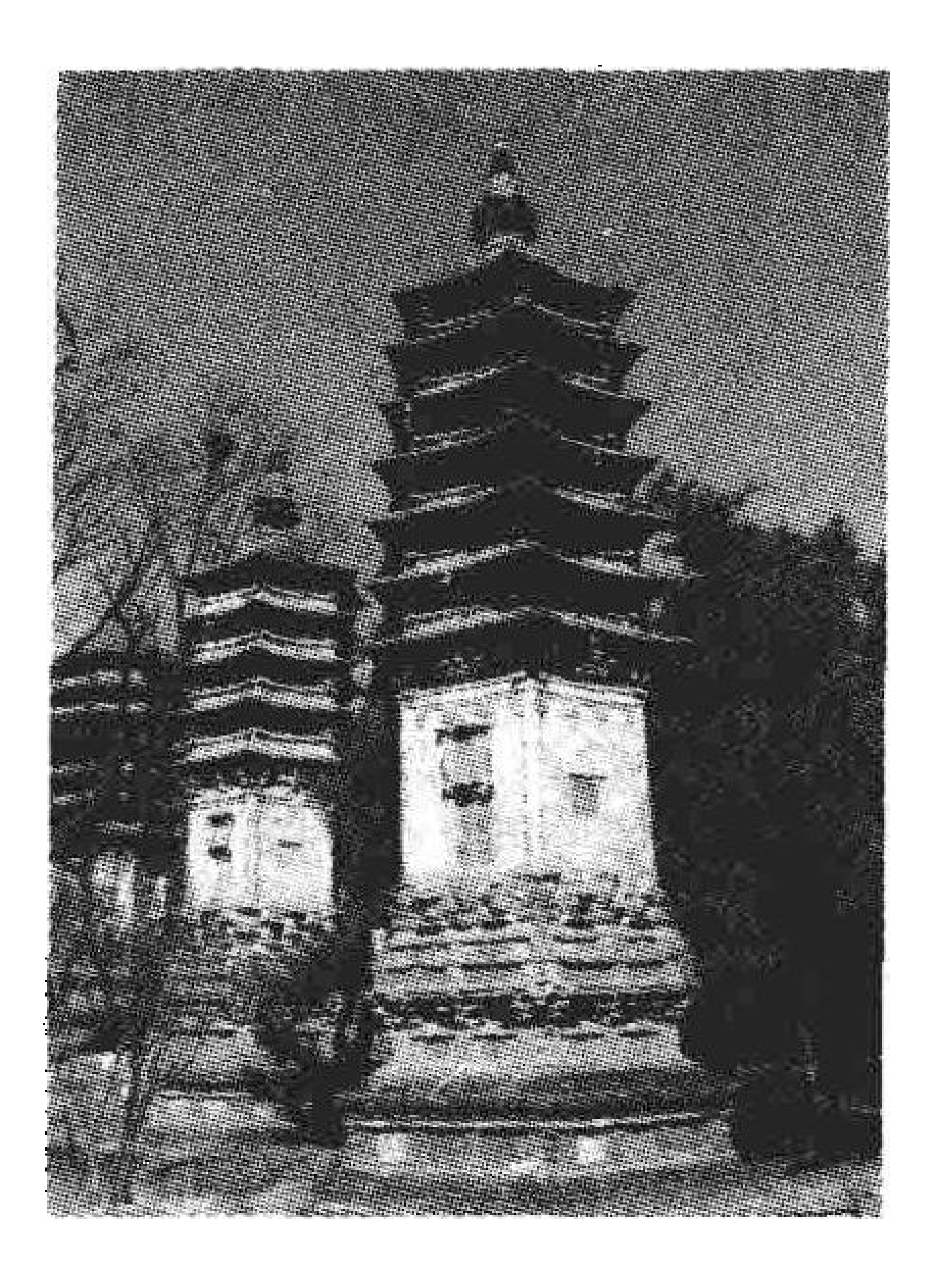
我国的名山大川，无不注入炎黄子孙对大自然的情感和精神，凝结成丰富多彩的山水文化。山水文化包括精神和物质两个方面。山水的精神文化，主要指山水美学、山水文学、山水艺术、山水科学以及有关人与自然关系的哲学思想等。山水的物质文化，主要是指人们在名山大川进行精神文化活动时，所创造的建筑、摩崖石刻、道路及风情等人文景观。

山水的精神文化主要是颂扬和认识自然景观价值，除了扩大其知名度，毫不影响自然景观的客观性，也不改变自然景观的原生形态和空间组合形式。但作为物质形式存在于风景区的山水文化——人文景观，却要对自然景观产

生直接影响，或相得益彰，或干扰破坏。

我国风景区人文景观建设的目的是更好地为人们在大自然进行精神文化活动服务的，包括古往今来的祭祀、宗教、游览、审美、创作和科学研究等。因此，人文景观的总体布局、设计思想，首先是突出自然，以自然为主，人文为辅，相辅相成的关系。为此，人文景观的空间分布特点是少、小、散、隐，即自然风景区内的人工建筑物较少，体量较小，布局较分散，选址较隐蔽。这样，既能保持自然景观的完美性，又渗透着人文景观的美。精妙的人文景物，好像从自然环境中长出来一样，毫无强加的痕迹，从而构成优美动人的天人交响曲。

例如以雄伟著称的泰山南天门景区，其人文景观由三个十八盘1 633级台阶及其尽头天际线上的南天门，与庄严壁立的“泰山岩岩”融为一体，构成“天门云梯”的巍峨景观，产生“云路千盘”、“如登天际”的意境，达到雄者益雄的效果。


北京潭柘寺

又如以幽深为景观特征的雁荡山灵岩寺、泰山普照寺、北京潭柘寺、峨眉山洪椿坪等，寺庙深藏幽谷，仿佛处于桃源中，每当暮鼓晨钟回荡空谷时，环境越感幽静。

纵观名山大川，在处理建筑与环境关系的艺术手法上，亦具有浓郁的民族特色，这就是以涵（藏）为主、

涵露结合的手法。对于以雄、险、旷为特征的自然景观，建筑物常以露居多；而秀、幽、奥的自然景观，则以涵为主，取露的手法，也往往以露引涵为常见，即露山门、天门，而引内涵之大殿，亮牌坊，而引内藏之古刹。露者体量小且多具观赏性和指引性，如亭、阁、塔、坊等。而涵者，多具宗教、文化、休憩等活动功能，如寺观、殿宇、书院、离宫、别墅等。这些建筑，常以当地民居为基础提高升华，形成简朴、高雅的风格，得体于自然，融之于山林。再通过精心选择的登山游览道路把诸多自然的、人文的景点组织、串联起来，成为无人导游却能引导游人尽情地观赏美不胜收的风景。例如，佛教名山普陀山的古香道，随山就谷，成为联系三大寺、36 庵堂、128 茅棚的纽带。小路如樵径，大道由石板砌成，十步雕一莲花，花姿各异，颇具宗教气氛。

人文景观除建筑外，还有历史遗迹、摩崖石刻等。摩崖石刻是我国风景文化中的奇葩。它以文学的形式、书法和雕刻的艺术，对自然景观起点题、润色、意境的作用。优秀的摩崖石刻，融历史、文化艺术和自然山水为一体，成为风景区的瑰宝。如泰山经石峪摩崖石刻，庐山“纵览云飞”，海南岛的“天涯海角”，天柱山的“南天一柱”等。

风景区优美的神话传说也是历史文化的产物。它像彩练把形象的自然景物与人世间的美好生活联系起来，使无生命的山石活化起来，给人们增添情趣和游思。例如雁荡山的“夫妻峰”神话故事，把周围 20 多个形象逼真的形似

人物、走兽的奇峰异石有机地联系起来，活灵活现地展现于游人面前，颇有奇趣。

不同地区各民族的文化习俗，也是名山大川文化景观的组成部分，如苍山洱海之间的白族风情，路南石林的彝族习俗，西双版纳的傣族风土人情，以及左江岸边壮族的歌圩（圩相当于集市）等，都是山水与人情交融的优美民俗景观。

正是由于上述种种倾注着人们对大自然情感和精神寄托的山水文化，构成人情与自然美景交融的交响曲，给人以无穷的精神愉悦。

第三章

雄伟壮丽的北国名山

我国是一个多山国家，山地丘陵面积约占国土的70%以上，真正的平原只占10%左右。

中华大地形势有一个明显的特征，这就是西高东低，形如三级巨大的阶梯。最高一级是青藏高原——著名的世界屋脊。它的平均高度在海拔4 000米以上，雪山排空，气势磅礴。青藏高原的北边和东边，海拔下降到2 000～1 000米，构成第二级阶梯。这级阶梯包括内蒙古高原、黄土高原、云贵高原、塔里木盆地、准噶尔盆地以及天府之国四川盆地。第三级阶梯是从东北的大兴安岭山脉，华北的太行山脉，川东的巫山以及云贵高原东缘一线以东，海拔1 000米以下的广大东部平原和丘陵区，一直延伸到我国的领海，还包括沿海星罗棋布的5 000多个岛屿。自西向东三级台阶逐级下降的地形，有利于温暖湿润的东南海洋气流深入内陆，对气候产生良好的影响。

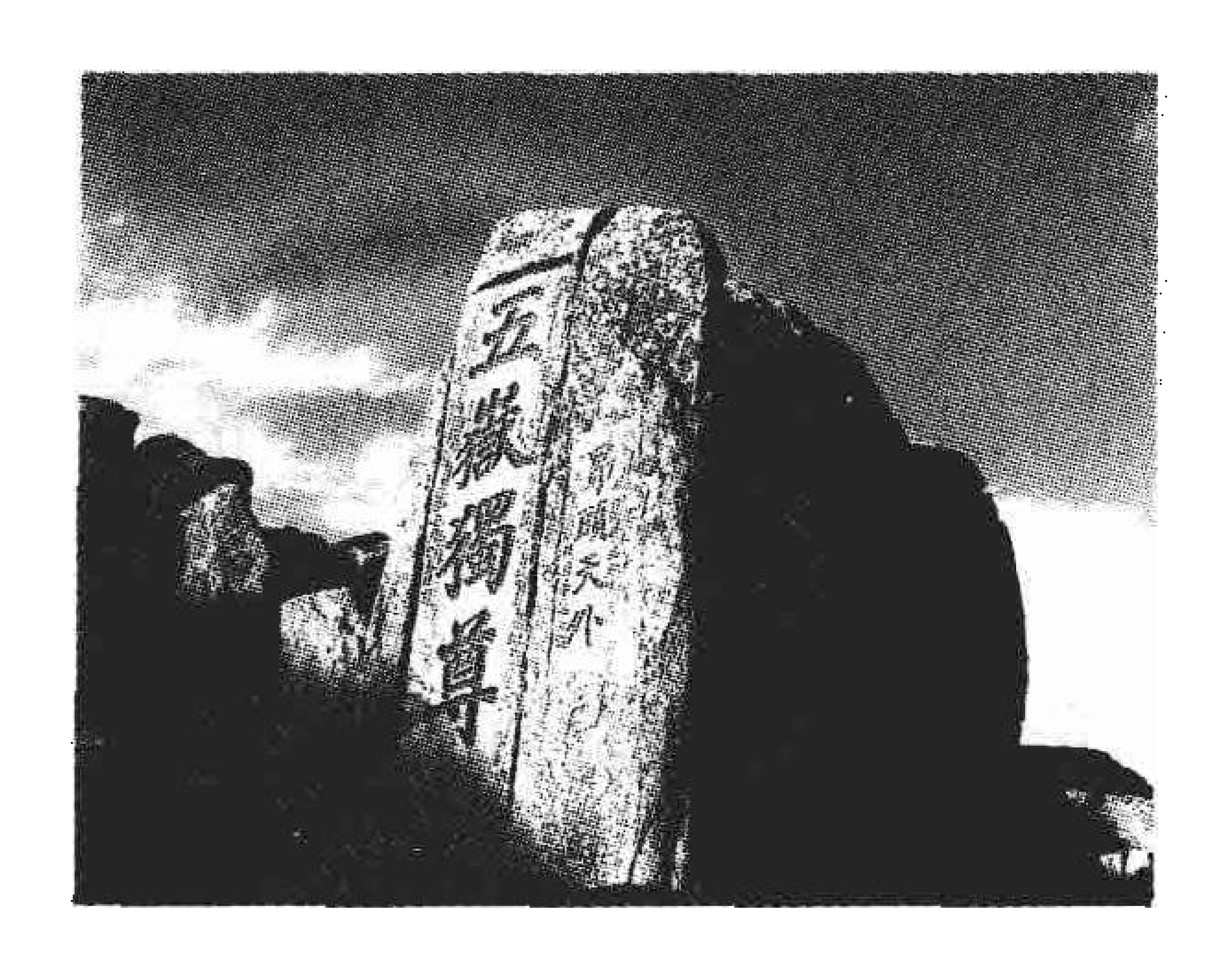
在辽阔的土地上，由于气候的纬度变化和阶梯地形的垂直差异，从而形成东低西高、南秀北雄的景观特色。

从风景地貌的角度看，北方名山多分布在二、三级阶梯的交接处和华北平原周围，相对高差大，对比强烈。冬天，北方较寒冷，山势更显得严峻巍峨。比起华北名山来，黄土高原上的名山，以雄伟浑厚占优，东北大地上的名山，则以峻秀取胜。

一　华北名山

（一）泰山

泰山崛起于华北大平原东缘，凌驾于齐鲁丘陵之上。主峰玉皇顶海拔 1 524 米，如鹤立鸡群，格外巍峨，大有通天拔地之势，故被古人视为顶天立地，“直通帝座”的天柱。满山的苍松翠柏更显出它的壮美。泰山因其高，气候垂直变化，山下为暖温带，山顶为中温带。山上多云雾，年平均降水量达 1 132 毫米，而山下只有 750 毫米。这种复杂的自然现象，古人得不到科学解释，便产生了神秘感，认为泰山是“出云播雨”、“神灵所居”的天府，因而成为人们崇拜的山神。



泰　山

自秦始皇至清乾隆，在 2000 多年间，先后有 13 代帝王 31 次到泰山封禅或祭祀，使泰山拥有“五岳独尊”、“雄镇天下”的至高无上地位。

泰山还有悠久的宗教活动史，广大文人学士的游览观赏史，学者的科学研究史以及农民起义活动史等，从而构成了极为丰富的泰山历史文

化内容。

据历史记载，东汉时，泰山的道教就已相当兴盛，尤其是宋真宗封泰山碧霞元君，在岱顶建碧霞祠以后，更是盛极一时，至明代，达到了顶峰。佛教亦于东晋时传入泰山，最早的寺院，就是今天泰山的灵岩寺。

泰山作为游览审美对象的历史，也源远流长，诗经中就有“泰山岩岩，鲁邦所瞻”的颂歌。最早在泰山留下足迹的名人当是孔子，“登泰山而小天下”。汉代史学家司马迁、天文学家张衡、文学家蔡邕、学者班固、马融等，都游历过泰山。东汉学者应劭（shào）的《泰山封禅仪记》，就是现存最早的游记之一。曹植、陆机、谢灵运、李白、杜甫、苏东坡、徐霞客等人都是泰山风景美学的重要开拓者。

泰山的文化遗迹中，尚有1 800多处碑碣和摩崖石刻，其中大部分集中在岱庙至岱顶的登山道两旁。其年代，自秦汉至当代，连续2000多年；论书体，真、草、隶、篆，无不齐备；流派，欧、赵、颜、柳，各呈风采；内容，大多是点化名山胜景，弘扬民族精神，真是洋洋大观，浩浩古今。

自20世纪初开始，现代地质学开创了泰山自然科学的研究篇章，揭开了泰山自然发展历史的奥秘，确认了泰山北侧张夏——崮山地区的寒武系地层是我国北方寒武系地层的标准剖面。在我国寒武系区域地层对比和国际寒武系地层对比研究中起着重要作用，因而具有重要的科学价值。

雄伟壮观的泰山，数千年来，自然景观融入了帝王封禅、宗教神话、书画意境、诗文渲染、工匠艺术以及科学家的探索等山水文化，构成了独特的泰山风景。其主景区逐渐形成三重空间一条轴线的景观格局。所谓三重空间，一是以岱庙为中心的人间闹市泰安城，它是封禅、游览、朝山进香的服务基地，是古代的旅游城，二是城西南蒿里山的“阴曹地府”，三是南天门以上的仙界天府。一条轴线是指连接这三重空间的景观带，主要是泰安城岱庙中轴线北延岱宗坊上至玉皇顶长达6 300级（号称7 000级）的登道“天阶”。通过沿途三里一旗杆，五里一牌坊，一天门、中天门、南天门，构成一条“步步登天”雄伟壮丽的景观序列。

在泰山雄伟博大的怀抱里潜藏着秀丽的桃花峪，险峻的龙角山，奇特的天生桥，幽深的灵岩寺，奥秘的后石坞、天烛峪，高旷的岱顶等。

泰山具有特殊的内蕴，即自然山体之宏大，景观形象之雄伟，赋存精神之崇高，山水文化之灿烂，名山历史之悠久。因而，泰山无论在帝王面前，或平民百姓心目中，都是至高无上的，凡我炎黄子孙，无不敬仰泰山精神，“稳如泰山”、“重如泰山”、“有眼不识泰山”的意识深入人心。世界上很难有第二座山像泰山那样，几千年来深入到整个民族亿万人的心中，并以其自然和文化融为一体的独特性立于世界遗产之林。这座同时具有科学、美学和历史文化价值的泰山，于1987年被联合国教科文组织世界遗产委员

会列入世界遗产目录。

今天，登泰山已成为世界性的向往，让我们沿着7 000级台阶，踏着数千年来亿万炎黄子孙的足迹，领悟“华夏之魂”的精髓，激励奋发向上的人生精神，为攀登事业的高峰而奋斗！

（二）峄山

峄（yì）山有小泰山之称，位于山东邹县南。孔子、孟子、秦始皇、汉高祖等都曾登临峄山，并有秦始皇先立峄山碑、后刻泰山碑之说，可见峄山成名之早。更重要的是峄山的诱人之美。它海拔555米，拔起于邹鲁平原，相对高差大，显得十分雄伟。峄山是一座造形地貌十分丰富的花岗岩丘陵，节理发育，形成三峰耸峙，峭壁如削的气势；其球状风化也十分典型，浑圆的丸石漫坡相挨相叠，异常壮观。石间多孔穴，幽奥迷离。峄山有不少历代名人的摩崖石刻，是现存的重要人文景观。

（三）梁山

峄山因帝王登临而出名，梁山则因农民造反而闻名，尤其是《水浒传》的艺术魅力，使水泊梁山的名字，几乎家喻户晓。梁山位于山东梁山县，在宋代是800里水泊中的岛屿。明代以后，因黄河泛滥淤为平川。沧海桑田，前些年还在平地之下挖出一条较完好的明朝的船。梁山不高，海拔197米。历史上之所以成为多次地区性农民起义的根据

地，是因为有800里水域，使官兵无可奈何，故有“梁山之险在水，不在山也”之评说。现在山上仍有宋江寨的寨墙及“水浒胜迹”可寻。梁山不但是历史纪念地，更主要的是一座因《水浒》而扬名的文化名山。

（四）京郊名山

北京的东西北三面环山，西部是耸立于华北大平原与山西高原之间的太行山北段，统称西山；东部、北部则是横亘于蒙古高原与华北大平原之间的燕山山脉的军都山。它们成为古都北京的天然屏障。经千百年的选择和建设，今有许多闻名中外的京郊名胜。其主要特征是文物古迹丰富，人文景观突出。



八达岭水关长城

八达岭是军都山的主峰，海拔1 015米。八达岭山势陡峭，沟谷深邃，构成天险。长城盘回于崇山峻岭之巅，纵横在千沟万壑之间，犹如一条巨大的游龙，使雄险的八达岭更加壮伟。军都山南麓的十三陵，则是一处群山环抱，清泉长流，幽美秀丽的小盆地。它北有天寿山，东西有龙、虎山环抱，几条碧水汇于盆地而缓缓东流，13座金碧辉煌的明陵隐约于北部山林之中，构成幽美寂静的皇家陵园景观。

北京西山南起房山县的拒马河，北至昌平县的关口，

西山名胜古迹荟萃，有香山、西山八大处、碧云寺、卧佛寺、樱桃沟、潭柘寺、戒台寺等等。香山景致随四季变幻，霜秋时节红叶满山如火似锦；冬雪初霁，凭高远望，重峦叠嶂，红装素裹，就是燕京八景之一的“西山晴雪”。西山八大处，在翠微山和卢师山上，八大古刹错落棋布。碧云寺坐落在香山东麓，曾有“西山台殿数百十，侈丽无过碧云寺”之句。1925 年孙中山先生灵柩停在该寺，至今仍有先生的衣冠冢。

北京西郊的房山地区是石灰岩岩溶比较发育的地区，有“北方阳朔”，“京郊桂林”之称的十渡山水风光，有北方罕见的石灰岩溶洞——石花洞和云水洞。就在这山水、洞壑之间，50 万年前北京人祖先——周口店猿人和两万年前的“山顶洞人”，就繁衍生息在这块土地上，创造了人类远古文化。房山石经山云居寺还保存着世界上最古老最大的石刻佛教大藏经。这部石经自隋大业年间开始，千余年间共刻石 1.4 万块，计 1 000 多部、3 000 多卷，成为“国之重宝”。

（五）承德

承德距北京 230 公里，位于河北省东北部。四周群山环抱，气候宜人，尤以其北部的避暑山庄闻名。承德避暑山庄始建于清康熙四十二年（1703），于乾隆五十五年（1790）完工，历时 89 年。它规模宏大，占地 5.6 平方公里，沿着起伏的山势筑宫墙，周长 10 公里，面积比北京的

颐和园大一倍。它是清代帝王避暑、围猎、政治活动的离宫别苑。山庄按照“自然天成就地势，不待人力假虚设”的原则建设，集南北造园艺术之精华，山、川、林、泉自然天成；建筑以朴素淡雅为主，近村舍与周围环境协调，为我国现存最大的皇家园林。山庄的外围有著名的外八庙，它们是普宁寺、普陀宗乘之庙、须弥福寿之庙、普乐寺、安远庙、殊像寺、溥仁寺等。外八庙因山就势，建筑宏大精美，集藏、汉等风格，形成环绕山庄的建筑群，如众星捧月。

承德的自然景观亦不可多得，四周山峦多在海拔 400 ~ 600 米，分布着丰富的造形地貌，如磬锤峰、蛤蟆石、僧冠峰、双塔山、罗汉山、朝阳洞等十几处奇峰怪石。武烈河像一条银色哈达紧依山庄曲折回流于峰峦寺庙之间。

（六）盘山

盘山离北京 70 多公里，于蓟县境内，属燕山山脉。盘山为花岗岩山体，山势雄伟，峰峦异秀，水清石奇。主峰挂月峰上锐下削，海拔 864 米。历史上有五峰、八石、七十二寺观、十三宝塔以及历代名人题刻等丰富的自然与人文景观，被誉为“京东第一山”，曾经是我国 15 大名山之一。古人把盘山风景概括为三盘之胜，即自来峰一带为上盘，劲松苍翠、蟠曲翳（yì）天为松胜；古中盘一带为中盘，山石嶙峋嵯峨，千奇百怪为石胜；晾甲石一带为下盘，万泉响涧，泻玉喷珠为水胜。盘山的寺观大多已毁，特别在抗

日战争时期，日寇实行“三光政策”，制造无人区，千年古寺几乎全部被焚，满山苍松翠柏被砍伐一空，唯山石尚存。如千缘寺后的“动摇石”，一人推之可晃，众人摇则岿然不动，此为一奇。又如上方寺嶣峣峰，石大数寻，似无依倚，仰视如悬空中，称悬空石，也甚奇特。

（七）太行明珠

太行山脉介于山西高原和河北平原之间，延绵600公里。从山西高原东望是起伏和缓的山地，而在河北平原西看则是重峦叠嶂直上云天，气势雄伟，蔚为壮观。沿太行山脉的东麓，自古以来就是我国南北交通要道，而发源于太行山的众多河流、谷地，往往是河北和山西的关隘险道。人们在南来北往西上东下的交往中，发现和开发了不少名山胜景，犹如明珠闪闪发光。如北京西山，井陉的苍岩山，赞皇的嶂石岩，修武的云台山和济源的王屋山等。

位于太行山脉中段，石家庄市以西的井陉县苍岩山，是一颗太行明珠。苍岩山是由水平层理的砂岩构成的，断壁悬崖，古柏横空，重林蔽谷，景色奇险幽美。桥楼殿是苍岩山人文景观中的一绝。它飞架于危岩绝壁之间，下临深渊，上结悬崖，天景人艺融为一体，充分反映了我国古代能工巧匠的丰富想像力和高超技艺。

秀似江南的太行“一方绝胜”——嶂石岩，也属太行山脉中段，位于河北赞皇县境。海拔1 774米，由浅红色石英岩组成，为叠起三层陡崖的峰林地貌，南北绵延近10公

里。每层陡崖高100～150米，层间有缓坡平台，成为天然栈道。平台上遍布天然次生林，形成丹立翠横，峻峭挺拔的雄奇秀美景色。砂岩裂隙发育，众泉绵绵不绝，泉水自崖壁直泻，形成飞瀑。槐泉四季不竭为槐河之源。

嶂石岩人文景观亦较丰富，如周穆王伐犬戎曾登临的赞皇山，有槐泉寺、圆通寺、明长城等古迹。

太行山南部的云台山，平地崛起，壁立苍穹，主峰茱萸峰海拔1 308米，气势雄浑博大，充分显示出太行气派。云台山不仅峰峦雄奇，峡谷幽奥，更难得的是林泉之秀丽，从山麓的温盘谷，到深山的小寨沟、老潭沟，山水盘回，清泉环流，五步一潭，十步一瀑，喷珠漱玉，绚丽多姿，逆源而上，林密草茂，谷深瀑高，如入峰峦皆美、水石动情的自然美小王国。老潭沟高达300米的大瀑布，是我国落差最高的瀑布。茱萸峰是历来重阳登高的好地方。



道教圣地王屋山

王屋山在太行山南端，主峰天坛顶海拔1 715米，大有一峰擎天、万峰簇拥的雄伟气势，素有“太行之脊”的美誉。白居易以“天坛在半天”赞美其高大。王屋山高崖巨壑，奇峰异洞，颇为神奇，故被道教列为“天下第一洞天”。王屋山不仅雄奇，而且格外灵秀，拥有良好的森林植被和清澈的流泉。更为难得的是，这里还有良好的天然次生林及局部原始森林。山林溪谷中栖息着猕猴群、娃

娃鱼、虎皮蛙和红腹鸡等珍稀动物。深秋时节，500 里王屋山变成红色海洋，极为壮观。雄奇灵秀的王屋山，早在远古时代就已成为天下名山。相传轩辕黄帝曾登天峰顶祭天，禹封九山中亦有王屋山，寓言中的愚公移山故事以及星罗棋布的古迹和文人墨客所留下的文化遗迹都说明王屋山古老而光辉的历史及其对中华民族精神文化的影响。

（八）嵩山

嵩山位于河南省登封县境内，耸立于中州大地。嵩山是由东部的太室山和西部的少室山组成，太室山主峰——峻极峰海拔 1 494 米，少室主峰 1 512 米。嵩山构造复杂，断块隆起，巍峨壁立，形成“嵩高惟岳，峻极于天”的雄伟气势。它介于古都洛阳和开封之间，为“地之中”而被封为中岳，嵩山地形险要，自周、秦、汉以来，一直是军事重镇和兵家必争之地，也是文人墨客游览歌咏的胜地。

古代帝王一般都要巡幸五岳，封禅泰山，唯有武则天，封禅中岳嵩山。她于公元 696 年腊月，登嵩山封太室，禅少室，为表示她大功告成，改嵩阳县为登封县，改阳城为告城。定年号为“万岁登封元年”。

嵩山风景区是人文荟萃之地，各级文物保护单位 50 多处，人文景观格外突出。著名的景点有嵩山中岳庙、少林寺、嵩岳寺、法王寺、嵩阳书院、测景台和观星台等。

嵩山中岳庙是规模宏大的宫殿式建筑群，布局严谨，轴线对称的九进院落，现存房屋 400 多间，古柏 300 多株，

碑碣百余通。整个建筑群坐落在坐北朝南的山谷小盆地中，是典型的“风水宝地”。它背依黄盖峰，左右环山，前屏玉案山，轴线长达数公里，实为风景建筑佳例。

少林寺位于太室与少室山之间的小溪畔，风景优美。少林寺建于公元495年，是中国禅宗的祖寺，又是少林武术发源地。寺西松柏林中耸立着240多座少林寺高僧墓塔，造型各异，高低错落，是我国规模最大的塔林景观。

峻极峰南麓，有一座有名的嵩阳书院，为宋代全国四大书院之一。院中建筑并非原物，但两株“将军柏”，则是罕见的活文物。相传汉武帝元封元年（前110）游嵩山时见此柏高大，封为“大将军”和“二将军”。“二将军”柏高18米，树干围12米，“大将军”略小些。千百年来围绕着将军柏的传说、游记、诗歌很多，为这两株古柏注入了丰富的文化内涵，构成了独特的中国古树名木文化。

（九）龙门

河南洛阳是九朝古都，因建朝年代较早，城郊名山无重要遗迹，唯有龙门因石窟而盛名不衰。龙门的西面是龙门山，东面是香山，两山对峙，崖石壁立，伊河切谷中流，形似天然门阙，故龙门又称伊阙。伊阙山为奥陶纪石灰岩，质地坚硬细腻，宜精雕细刻。龙门石窟就开凿于此。它与敦煌石窟、大同云冈石窟和麦积山石窟齐名，为我国古代佛教艺术的四大宝库。龙门石窟自北魏太和十八年（494）动工，历经东魏和西魏、北齐和北周，以及隋、唐各代，

连续400多年的营造建成的。计有石窟2 100多个，造像10余万尊，题记、碑碣3 600多品，佛塔40余座，是一座极为珍贵的艺术宝库。


龙门石窟

龙门石窟多在西山，东山则以香山寺出名。该寺始建于北魏，唐时最盛。有“洛阳四郊山水之胜，龙门首焉；龙门十寺观游之胜，香山首焉”之赞。大诗人白居易居洛阳18年，晚年大部分时间在香山度过，死后就葬在香山的琵琶峰上。

（十）鸡公山

鸡公山是大别山的余脉，位于河南信阳市南，鄂豫两省的交界处。著名的“义阳三关”之一的武阳关就在鸡公山的南麓。因山形似雄鸡引颈报晓而得名。它是一座花岗岩山体，受断块构造作用，山势峭拔高耸，颇有“青分楚豫，势压嵩衡”之势。海拔811米，低于嵩山、衡山，但耸立于江、淮两平原之分水岭上，显得高峻。鸡公山的花岗岩造形地貌丰富，尤以“五怪岭”为多。它处于亚热带与暖温带气候的过渡带上，雨量适中，夏季凉爽。这里植被茂密，物种丰富，融南北植物特征为一炉，生态环境优良，为我国四大避暑胜地之一。

二　黄土高原名山

（一）华山

成书于两千多年前的《山海经》说："太华之山削成而四方，其高五千仞，其广十里。"这就非常形象地描绘出西岳华山的气势。华山位于黄河与渭河之滨，北临平原，南接重峦，主峰海拔 2 100 米，超然于众山。杜甫有诗赞曰："西岳崚嶒竦处尊，诸峰罗立似儿孙。"

华山"耸峙关中，照临西土"，体势如立，昂首天外，气魄之大，无与伦比。

常言道："自古华山一条路"，主要是指青柯坪往主峰攀登的险道。青柯坪海拔 1 125 米，是华山高度的一半，是一处较为开阔的山谷台地，往上，便是危崖绝壁的西峰。两地水平距离只有六七百米，而高差竟达千米。攀登这千米危崖，须历经五大险道，无数险境。一是"千尺幢"，是一条沿花岗岩垂直节理风化形成的岩石缝隙，略经人工斧凿而成的竖槽式登道。石级之宽仅容半足，缝隙之宽仅容两人侧身相错。二是夹壁悬梯的"百尺峡"。三是绝壁临壑深不及底的"老君犁沟"。过此即可登上四面凌空顶平如台的云台峰（北峰）。北峰是观景的好地方，巨峰环立，高擎天际，最为壮观的是南望雄险绝伦的主峰景观。从云台登

主峰，还要经历“擦耳崖”和“苍龙岭”两大险道。苍龙岭是一道窄如墙、深若渊的花岗岩岭脊。岭长一华里，宽仅一二米，形似龙脊鱼背，古人过此，“须骑岭抽身，渐以就进”，就是两腿跨骑岭脊，撑着过去。现在两侧有护栏，可以安步登岭，充分领略险峰之美。

过了岭，再翻过“龙口”和“通天门”，便到了苍松古木成荫、瑶草琪花争艳的华顶。华顶是东、西、南三峰环抱，中较低平的绝顶小谷地，古木森森，外险内幽，置身其间，一切险景都不见了。这种强烈的夷险对比，非历尽艰险者难以享受得到它的美。华顶以镇岳宫为中心，西登百米便是外削千米的西峰，站在“手可摩天”的“摘星台”，读李白诗句：“西岳峥嵘何壮哉，黄河如丝天际来”，更能领略华岳真意。南峰略高于西峰，为华岳主峰。到此，便觉“只有天在上，更无山与齐。举头红日近，回首白云低”（宋代寇准诗）。东峰因峭壁上有五道指状形迹而成为自古闻名的仙掌峰。东峰观日出称奇，又以千姿百态的华山古松而美不胜收。

西岳华山，有规模宏大的岳庙，建在北麓平原上，一条中轴线使岳庙与华山在景观上连成一体。华山曾是道家天下，华山的人文景观如道路、宫观充分体现了道教崇尚自然、追求玄秘以及审美上的奇险意境，因而与华山天险相得益彰。如群仙观，建于巉岩峭壁之间，下棋亭筑于孤峰绝顶，贺老洞构于崖壁，真是奇构绝筑，为华山添上一笔险彩。华山登道，几乎无路不险，无险不路，却又险而

不危。华山就美在险字，只有攀崖历险，才能领略无限风光。

（二）恒山

北岳恒山，位于山西浑源县城南六公里。北岳历史上有两处，另一处是河北曲阳县的常山。常山在河北平原之西，耸立于太行山前，景观雄伟，而且交通方便，曲阳还有规模宏大的北岳庙。晚明以后明确恒山为北岳。

恒山相对高度 1 000 多米，气势磅礴，仪态非凡。主峰海拔 2 017 米。其西为翠屏山，东西两峰对峙，中间被一条断层切开，浑河沿断裂切割成峡谷，名为金龙峡。形势险要，是古代山西高原与华北平原之间的重要交通孔道。自古为兵家必争之地，因而被誉为控关带水的“绝寨名山”。近代铁路交通兴起，改变了原有交通格局，所以恒山作为通道“绝寨”的意义也发生了变化。但是恒山作为祖国历史文化和自然遗产来看，仍然不失光彩。尤其是构筑于恒山峡谷悬壁之上的悬空寺，堪称光照千古的名山奇构。悬空寺坐落在金龙峡西崖峭壁上，悬空寺的选址，确非常人所能想像。它建在高约200多米，近乎垂直的悬崖凹壁间，凹深不过10米，长约40~50米，下距谷底80米，上离山顶150米左右。就在这凹壁上，倚岩作基，就崖起屋。背负翠屏峰，面对天峰岭。上载危崖，下临绝谷。栈道飞架，楼阁悬空。结构奇险，造型奇特。明代旅行家徐霞客赞它是“天下巨观”。

悬空寺大小殿宇40间，始建于北魏，历代维修，是一座佛、道、儒三教合一的寺庙，寺内还有铜、铁、石、泥塑佛像80余尊。

此外，恒山的北岳寝宫，北岳庙和会山府都与山岩洞壁巧妙地结成一体，令人心驰神往。

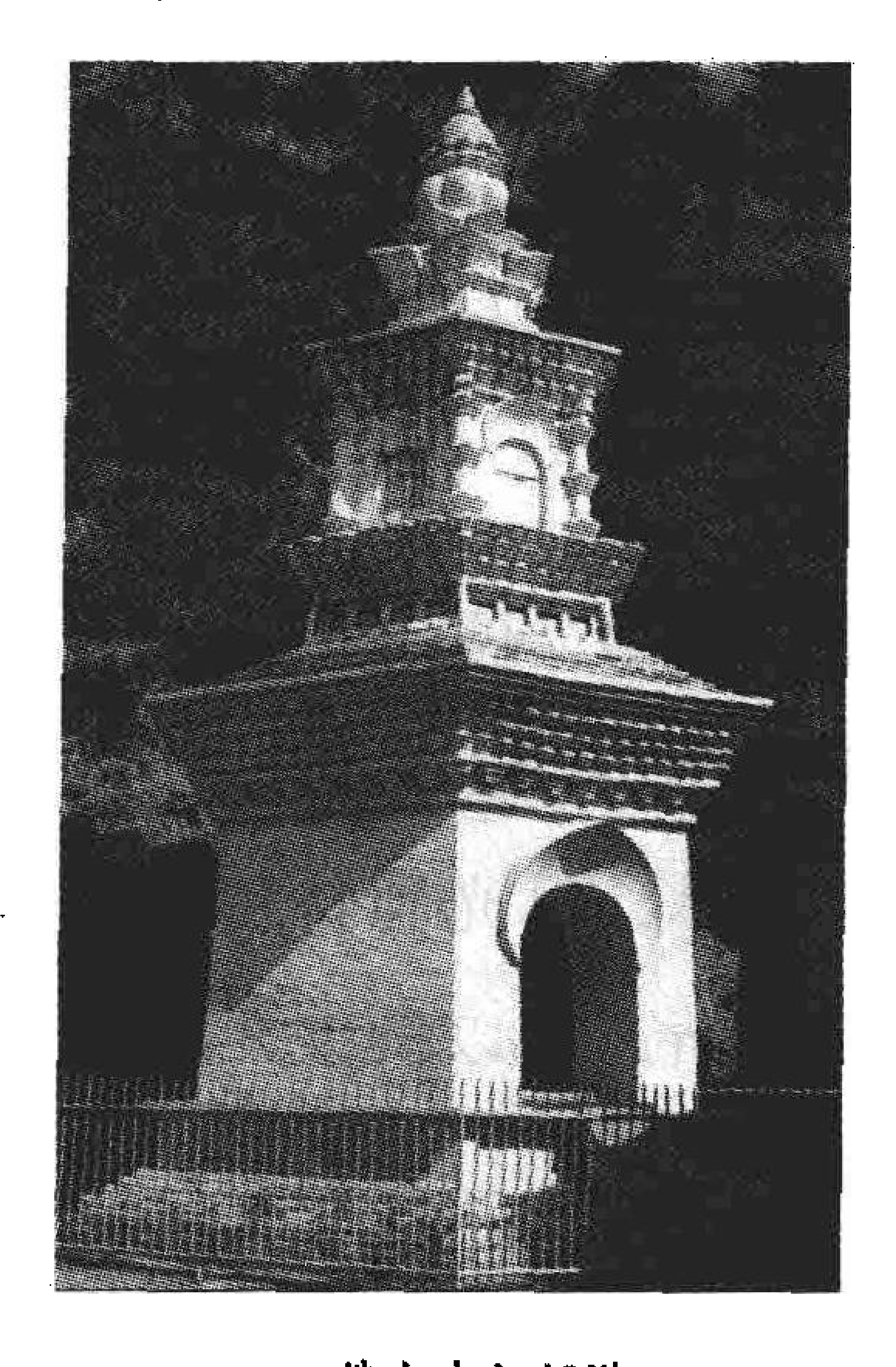
（三）五台山

五台山在恒山之南，位于山西五台县北。素有“华北屋脊”之称。五台山因有五座高耸如平台的山峦环围而成，故称五台。最高峰为北台的北斗峰，海拔3 058米，五峰之中为低凹的山谷盆地——台怀镇，海拔1 700米左右。台怀镇夏季最热月气温为17.8°C，有“清凉世界”之称，因此五台山也叫清凉山。

五台山以佛教名山闻名中外，东汉永平年间，印度僧人来中国传教，称五台山为文殊菩萨演教道场。奏请汉明帝在此建寺。此后，经历1900多年的建设与发展，形成寺庙林立、殿宇相望，不同时代不同形式的寺院建筑，构成五台山独特的佛教文化景观。寺庙最集中的地区是台怀镇，这里五台环抱，土地平广，清泉淙淙，环境幽雅，颇有超凡脱俗的意境。著名的寺庙有14座，主要大寺又集中在盆地东南勃然凸起的灵鹫山周围，因山就势，直贯顶峰，其中规模最大、历史最早的是灵鹫山麓的显通寺。占地8万多平方米，各种建筑400多间，有许多珍贵的文物，如铜殿、铜塔、大铜钟、大铜锅及无量殿等。此外灵

鹫山上的菩萨顶，山下塔院寺高达56米的白塔，都是佛地的标志和象征。

在五台山的寺庙中，还有两座举世瞩目的古寺——南禅寺和佛光寺。这是我国现存最早的木结构建筑，是我国建筑史上的瑰宝。南禅寺在五台山西南的阳白乡李家庄。大殿建于唐建中三年（782），殿内佛像大部为唐代原塑，形象丰满，线条流畅，色彩丰富。佛光寺位于五台县东北的佛光村，全寺120余间，其中大殿为唐大中十一年（857）所建。佛光寺的唐塑、壁画、墨迹与建筑合称“四绝”。它们不仅在中国，而且在世界建筑史上也占有重要地位。



佛光寺祖师塔

随着科学的发展，19世纪末就开始对五台山进行地质科学研究，揭示了它的科学价值。五台山因前寒武系地层发育典型，层序较全，而成为全国研究地层对比的重点地区之一，还有大量第四纪冰川活动的遗迹，不愧为地质科学博物馆。

（四）北武当山

北武当山地处吕梁山脉中段，位于山西方山县境。由香炉峰、天柱峰、松都峰、千叠峰等十几座山峰，高低错

落组成。主峰香炉峰海拔2 254米，其余多在1 800米以上。北武当山四周临河沟低谷，群峰突起，雄浑壮阔。此山为花岗岩山体，有数处大面积的摩崖，蔚为壮观。植被繁茂，生态环境良好。

北武当山是我国北方道教圣地之一。北武当道观始建于唐代。山中古迹众多，现存明、清时代的建筑有20余处，以及碑刻等，还有古国城遗址等历史遗迹。

（五）五老峰

五老峰史称东华山，为北方道教名山，位于山西永济县。五老峰海拔1 993.8米，属丹霞地貌，奇峰险峻，双瀑飞流，岩洞幽深。附近的大片黄河滩林，风光独特。位于五老峰西的古蒲州相传是尧舜建都之所，并以柳宗元故里闻名于世。现在尚存唐开元间的镇河大铁牛以及蒲津古渡河堤、普救寺、鹳雀楼等历史遗迹。龙头山有旧石器时代的古人类遗址。

（六）崆峒山

崆峒山，位于甘肃省平凉市城西14公里，主峰海拔2 123米。传说上古仙人广成子在此修炼成仙以及黄帝与广成子论道升天的神话故事。因而，周穆王、秦始皇、汉武帝等历代帝王都慕名登临崆峒山，从而使崆峒山成为古代的一座神山、仙山。崆峒山是一座厚层的砂砾岩构成（在燕山运动中褶皱上升），岩石坚硬，上升过程中产生断裂交

错，垂直节理发育，形成壁陡顶平，崖高峪深，奇峰异洞相生的奇险景观，是北方罕见的丹霞地貌。植被丰茂，古松盘结于悬崖，宫观构筑于奇峰悬壁之间，有如仙山琼阁，景观格外神奇。山间有泾水与媚河夹切于深谷，潺潺有声，更焕发崆峒的灵秀和神采。真可谓天生奇景、人创绝技融为一体，不愧为黄土高原的明珠。

（七）秦岭名山

秦岭横贯我国中部，东西长约 1 500 公里，秦岭山脉主体，即在八百里秦川之南，平均海拔高度 2 000 ~ 3 000 米，最高峰为太白山，海拔 3 666 米。山势十分陡峭，巍峨雄伟，犹如一道巨大的天屏。它冬阻寒冷的西北风，南隔湿润的东南风，成为我国南北间一条重要的地理界线，即亚热带和温带的分界线。当我们乘火车或坐汽车穿过秦岭时，就能领略到大自然的种种奇观，并从中获得丰富的自然科学知识。八百里秦川是对美丽富饶的渭河河谷平原的别称。秦川四周群山环立，百川归渭，山水壮丽，气候宜人，我们的祖先很早以前就繁衍生息在这里，创造出光辉灿烂的古代文明。闻名世界，距今 6000 年前的半坡村遗址和建都时间长达 1062 年的西安古城，都是历史的见证。

秦岭山脉有众多的古老名山，如华山、骊山、麦积山、终南山、宝鸡天台山、太白山等。

骊山位于西安东 20 公里，海拔 914 米，因远观如一匹

青色骊马而得名。山下有著名的温泉华清池，水温43°C，内含多种矿物质，宜于浴疗，2000多年前，其医疗价值就已被发现。建都长安的历代帝王，如周幽王、汉武帝、唐玄宗等，都在此修建离宫，独享其乐。现在浴池面积已达3 000平方米，可同时沐浴四五百人。围绕温泉还建立了规模较大的传统园林。骊山东四公里，有闻名的世界文化遗产——秦始皇陵兵马俑博物馆。在这里可以窥见2000多年前秦统一中国的雄伟图景和中国古代人民的伟大创造力。

黄土高原的另一丹霞地貌构成的名山，就是天水市东南的麦积山，麦积山因其形状圆突如麦垛而得名。由于它地处秦岭西南侧，受东南湿润气候影响而植被茂密，山峦叠翠，群峰耸峙，风景优美，尤其是烟雨笼罩，横云飞渡之际，犹如进入海市蜃楼的幻景。麦积山处于丝绸之路上，从北魏开始开凿石窟造像，成为有名的石窟艺术宝库。

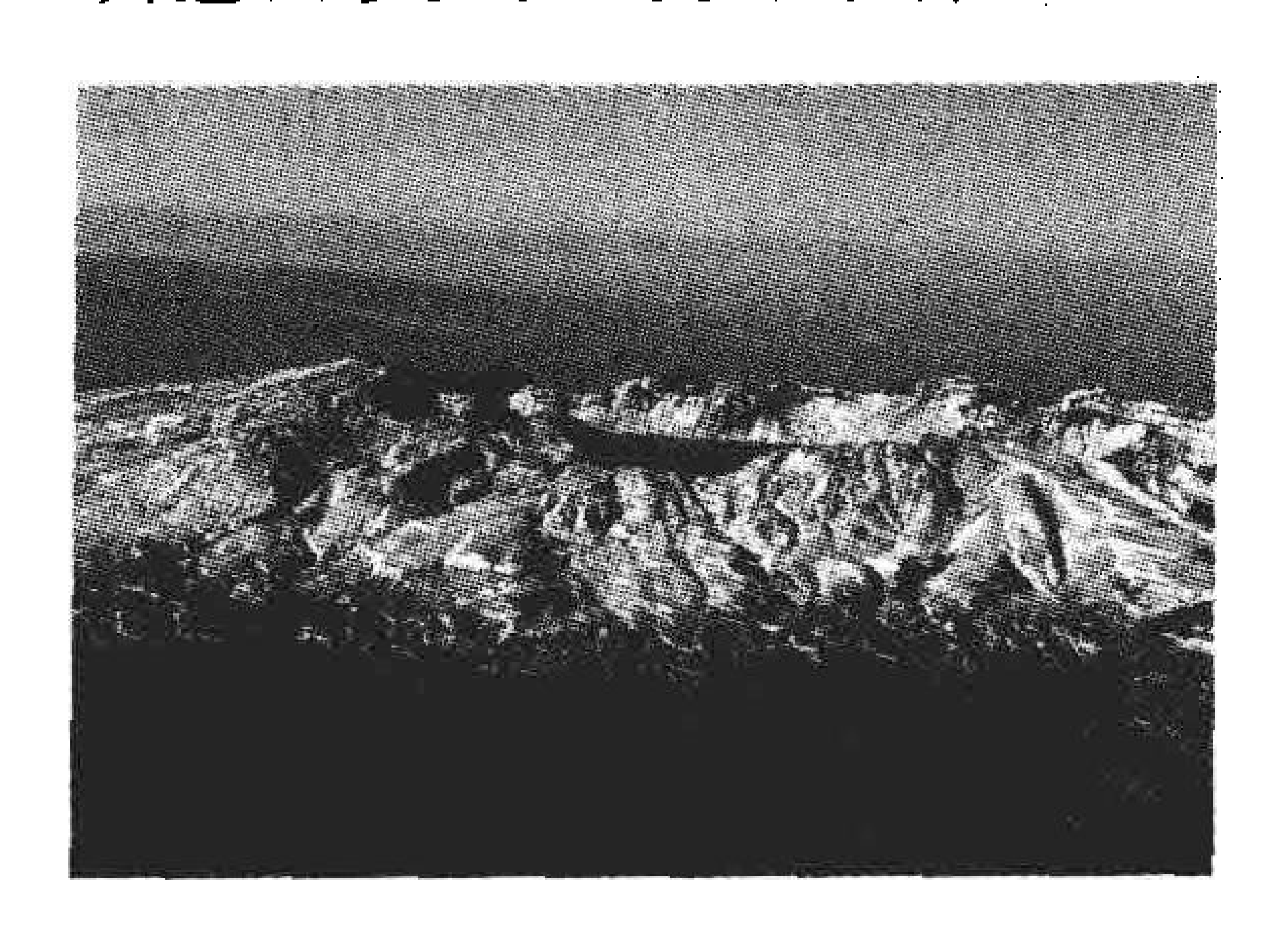
麦积山石窟大多开凿在二三十米乃至七八十米高的悬崖峭壁之上，洞窟之间靠架设在崖壁上的凌空栈道相通，其惊险陡峻，在我国现存石窟中是罕见的。

宝鸡天台山处于秦岭山脉的北麓，在宝鸡市内，为秦岭地质地貌的典型代表，高差达1 300多米，重峦叠嶂，气势雄伟。天台山植被丰茂，自然景观幽奥、翠秀。这里又是炎帝的故里，人文景观悠古，被誉为“天台天下古”。有炎帝骨台寝殿、神农庙，以及仰韶、商周文化遗址。

三　东北名山

祖国东北的大地上，覆盖着良好的植被，尤其是大兴安岭、小兴安岭和长白山脉的森林植被，是我国最主要的森林分布区，它为东北名山增添了秀色和风采。

长白山主峰白头山海拔 2 891 米，位于中朝边界上。著名的白头山天池，是火山口积水而成。它犹如明镜映照着瞬息万变的云雾和周围火山堆积而成的神奇山峰。山下一望无际的林海，时时涌来“长白松涛”。天池北口清流直下，形成高达 68 米的长白瀑布，碧水冰凉，夏日最宜。在离瀑布不足一公里处，却又有 80℃ 的温泉，终年涌流不息。在 19 万公顷的长白山自然保护区中，不仅景色绚丽，还蕴藏着 2 200 多种植物，栖息着 300 余种动物，其中包括著名的长白人参、长白赤松——“美人松”以及东北虎、梅花鹿和黑熊等稀有动植物。它们是大自然为我们留下的不可多得的财富。



长白山

长白山脉南段，有一座秀出北国的千山。千山又名积翠山、千朵莲花山。顾名思义，是形容峰峦之多，植被之丰茂。它是由花岗岩构成的丘陵，主峰仙人台海拔 708 米。

登峰俯瞰，千山叠翠如涌浪，令人陶醉。千山外秀内奇，茂林古松之下，奇特的花岗岩造型地貌，处处成景，早在唐代就有宗教胜迹，历经金、元、明、清的建设，千山成了东北地区佛教和道教的中心。寺观庙宇规模不很大，但巧妙地布置在各种景观环境中，为山色生辉，如无量观、龙泉寺、大安寺、香山寺等景点。

千山山脉东翼，有一座被誉为辽东名山的凤凰山，位于凤城县。主峰箭眼峰海拔836.4米，因有巨石对峙形成圆形洞隙，似利箭穿孔而得名。凤凰山为花岗岩山体，垂直节理非常发育，因而山峰如削，山脊如刃，气势险峻，尤以“老牛背”、“天下绝”、“百步紧”等最有代表性。远眺凤山，异石突兀，入山攀登则峰回路转，处处有景。山上植被良好，古松尤佳。文物众多，有唐城垒、明清寺观及摩崖石刻等。

在大兴安岭、小兴安岭的怀抱中，有一座我国最典型的火山地貌风景区。“离城东北五十里有水荡，周围三十里，于康熙五十九年六七月间，忽烟火冲天，其声如雷，昼夜不绝，声闻五六十里，其飞出者皆黑石、硫磺之类，经年不断，竟成一山，兼有城郭，热气逼人三十余里，只可登远山而望……”这是清康熙六十年（1721）吴振臣在《宁古塔记略》中的一段叙述。这些记载反映了260多年前，老黑山和火烧山火山喷发的情景。据地质学家考证，五大连池其他12座火山，都是250万年以来不断喷发形成的。

火山喷发时，岩浆溢流把白龙河堵截成五段而形成五个火山堰塞湖，因而称五大连池。五大连池有各种火山地貌奇

观，如火山口、火山锥、熔岩台地、石海、石龙、翻花石、喷气嘴等，是一座典型的既有观赏价值，又有科研价值的天然火山博物馆。五大连池还因有火山活动副产品矿泉水而闻名中外，它可饮、可浴、可疗。被当地人称为“圣水”。

大兴安岭东南端，辽西走廊上，耸立着一座历史悠久的名山——北镇医巫闾山。医巫闾山主峰望海山，海拔866.6米，虽不算高，但它耸峙于辽河平原上，雄视东北大地和茫茫渤海，气势雄伟。

“五镇”与五岳相应，“地位”很高。历代帝王在祭祀五岳的同时，也往往派大臣去祭五镇。由于五镇不如五岳有名，鲜为人知，故有冷落之势。五镇包括东镇沂山（山东），南镇会稽山（浙江），西镇吴山（陕西），中镇霍山（山西）和北镇医巫闾山。五镇中，唯北镇成为重镇。其原因是辽代把医巫闾山看作发祥地、精神圣地。清代帝王每年要回东北祭祖，而北镇是必经之地，都要顺路游览、祭祀，并留下许多御碑，所以北镇庙也是五镇中规模最大、保存最完整的大庙。医巫闾山之美，尤以奇石取胜，石又以大为特点。山岭连绵，石峰林立，峰峰皆有奇石巧叠，如箭戟，似城堞，千姿百态，迎空而立。著名的景点大石棚，亦为一巨大的岩块斜覆如檐，天成棚屋，棚顶清泉沥沥，檐下古木参天，构成“水石奇观”、“医闾佳胜”。医巫闾山石奇而松古，苍松如海，铺翠于岩岩壑壑之间，使这座古老的名山更显出勃勃生机。

第四章

秀丽多姿的南方名山

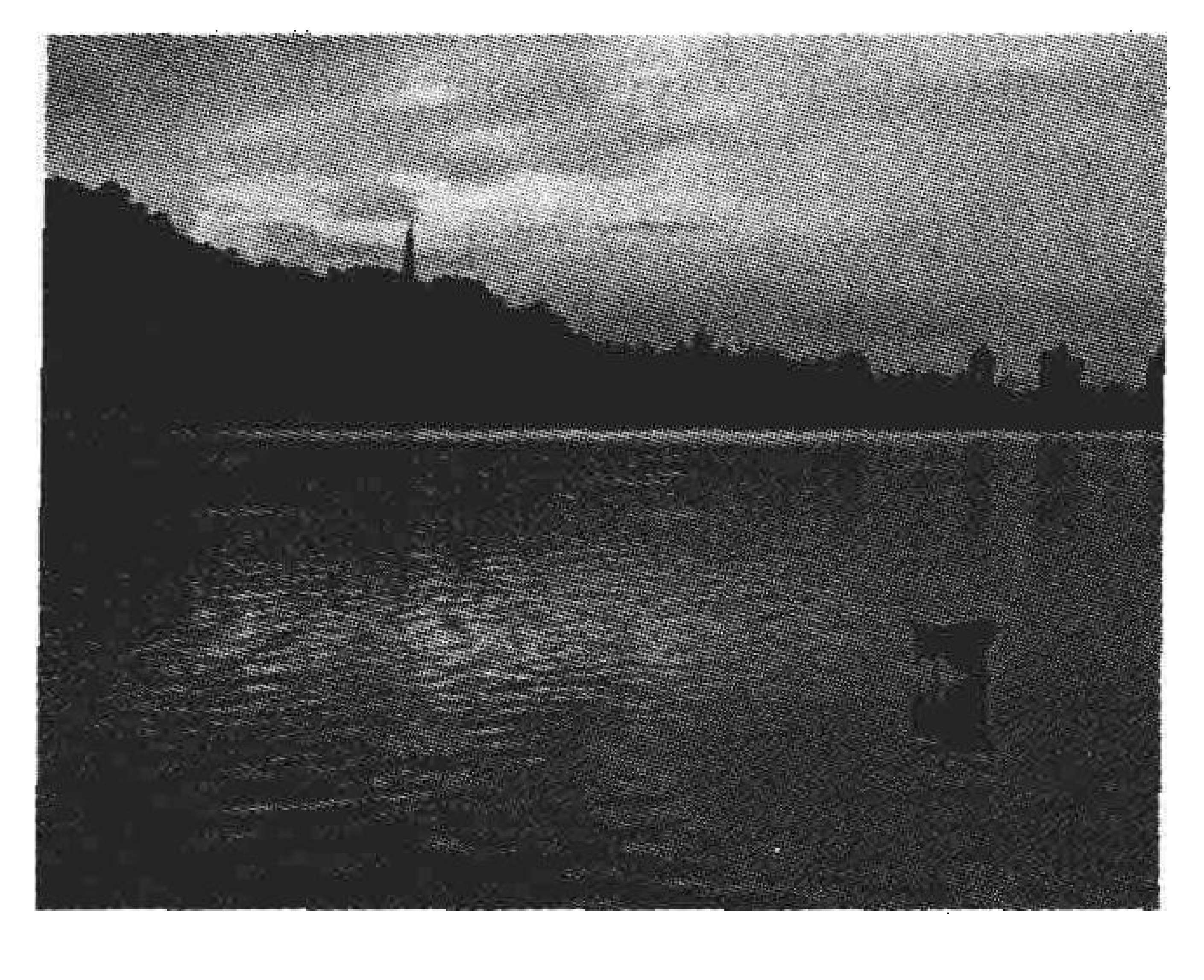
东晋画家顾恺之游览浙江绍兴回来，有人问山水之美，他说："千岩竞秀，万壑争流，草木蒙笼其上，若云兴霞蔚。"寥寥数语，道出了江南山水美的典型特征，即美在秀，秀在千山有草木蒙笼，万壑有碧水争流。如果说雄浑壮丽是北方山水的主要特点，那么山青水秀便是江南风景的基调。然而，由于气候和地形的差异，山山水水又各呈风采，个性独具。

一 东南名山

古代，江浙地区往往是江南的代表。这里地处北亚热带，濒临大海，气候温暖，雨量丰富，植被良好，山青水秀，处处宜人。最为典型的风景就是杭州西湖和苏南太湖的山水风光。西湖三面环山，湖山交相辉映，格外妩媚。山不高而重峦叠翠，水不大却有九溪十八涧，虎跑、龙井、黄龙洞等名泉长流。山体丰满，曲线柔美，山环湖，湖抱山，湖山交融，绿树成荫，花开四季，尽娇柔之美。

苏东坡把西湖比作美女西施，是非常恰当的。西湖不仅具有"天生丽质"之美，而且有"满腹文章"之才。可谓"才貌双全"。古往今来有多少文人墨客为西湖讴歌，写

下数不清的诗文，装点了亭、台、楼、阁、庙宇、摩崖等。



杭州西湖

西湖与杭州，相辅相成，相得益彰，古都文化孕育了西湖的灵魂。吴越都会，南宋京城，扎下了中华文化深根。西子之美、越王遗风、岳飞忠魂、于谦情操、秋瑾硬骨，有了这些民族的灵魂，“人间始觉重西湖”。因而西湖不仅才貌双全，而且灵魂高洁。

比起西湖来，太湖山水显得旷远苍茫和秀逸。太湖水不深而浩淼，山不高而青秀，它横跨江浙，连接数市，其中无锡的惠山、鼋头渚、三山、梅园等胜景，有集太湖山水之胜的美称。鼋头渚更有“太湖绝佳处”之誉。

苏州的灵岩山相传有当年吴王夫差为西施修的离宫——馆娃宫等多处遗址。天平山以石、泉、枫之“三绝”而闻名，洞庭东山和洞庭西山，都有许多名胜古迹，为世人所陶醉。苏州不仅有自然山水之胜，更有人造山水园林之美，自然之美与人工之美，相互渗透交织于古城内外，经历千百年的开拓，造就了人间天堂。

（一）琅琊山

“环滁皆山也，其西南诸峰，林壑尤美。望之蔚然而深秀者，琅琊也。”这是北宋欧阳修的脍炙人口的《醉翁亭

记》的篇首。数语道尽琅玡山（位于安徽滁县）之秀美。琅玡山海拔 317 米，虽不高，但山峰“耸然独立”，谷则“窈然而深藏”，山中古寺梵宇隐伏，林壑清幽，古有“蓬莱之后无别山”之誉。这里古迹众多，有始建于唐的琅玡寺，有我国四大名亭之首的醉翁亭，有古驿等历史遗迹。还有 250 余方唐、宋、元代的碑碣和摩崖石刻。其中唐吴道子画观音像、李幼卿等摩崖石刻，以及苏东坡书的《醉翁亭记》、《丰乐亭记》碑，尤为珍贵。

（二）会稽山

会稽山阴的绍兴是我国江南著名的文化古城，历史悠久，名人辈出。绍兴是春秋战国时期越国的都城，越王勾践“卧薪尝胆，洗雪国耻”的故事发生在这里。绍兴是鲁迅、秋瑾的故里，周恩来的祖居。它北临钱塘江，南枕会稽山。会稽山是我国古代“五镇”之一，亦是绍兴城的“镇山”。相传大禹治水时到过此，会诸侯江南，计功而崩，葬于会稽山。山北麓有规模宏大的大禹陵、禹庙等古迹。秦始皇于公元前 221 年曾南巡会稽，祭大禹庙，令丞相李斯写了《会稽铭文》，即有名的《会稽石刻》，现存的是根据元代拓片摹刻的。绍兴，水乡泽国，山川秀丽，有“山阴道上行，如在镜中游”的赞誉。会稽山阴，还有柯岩（东湖）、吼山、鉴湖、兰亭等名胜。著名的兰亭是晋永和九年（353）暮春三月初三王羲之与谢安等 42 人在此举行祓禊（fú xì）之礼的地方，并写下了不朽的《兰亭集序》，与幽美的兰渚山水

千秋共存。

（三）莫干山

相传春秋末年，吴王阖闾召干将、莫邪夫妇，在此铸剑，剑就身亡，后人以他们的姓氏命名莫干山。莫干山位于浙江德清县，离杭州50余公里。主峰塔山海拔719米。盛夏凉爽如秋，是著名的避暑胜地。

莫干山雨量充沛，气候温暖，植被丰茂，环境极佳，尤以竹林景观取胜。重山叠岭，茫茫修竹连绵不绝，景观异常秀丽，为其他名山所罕见。

山中多云雾，常常出没于窗台，飘然入室，缭绕聚散，情致悠悠。古诗云："多差楼阁起高冈，半为烟遮半树藏。百道泉源飞瀑布，四围山色蘸幽篁。"

莫干山有天池、芦花荡、剑池、塔山等胜景，尤以剑池著名，相传为莫邪、干将磨剑之处。池水清澈，飞瀑悬叠，三级而下，为此山最佳之景。

（四）双龙洞

金华山又称北山，位于浙江金华市，海拔1 308米。北山以流纹岩为主，局部有石灰岩，经水溶蚀成喀斯特地貌。著名的溶洞为金华山南坡的双龙洞、冰壶洞和朝真洞。双龙洞有内外洞，洞两侧分悬钟乳石酷似龙头而得名。内外洞之间有巨石相隔，仅水道相通，水面离石不足半米，只有平卧船舱入洞。历史上双龙洞是我国道教第三十六洞天。

冰壶洞，洞深莫测，洞中飞瀑落差 20 余米。朝真洞峭壁巨峡，甚为壮观。

双龙洞开发已有 1600 多年的历史，现有唐、宋、明、清摩崖石刻十几处。还有鹿田庄、鹿田书院等遗址。

（五）括苍山

括苍山位于浙江省东南部，东北向延伸，主峰米筛浪在临海市与仙居县交界处，海拔 1 382. 4 米。括苍山在仙居县境内，由流纹岩、火山凝灰岩构成的地貌，垂直节理发育，河谷深切，石峰离立，拔地排空。如景星岩、天柱岩、饭蒸岩等，雄奇壮观。这里植被良好，多绝壁飞瀑，姿态各异，幽谷溪流清澈见底，终年不枯。

缙云县的仙都，古称缙云山，位于括苍山北坡。多单面山、石笋、石柱等火山岩地貌，奇峰怪石林立于瓯江上游的练溪两岸。有“天下第一石”的鼎湖峰，高 170. 8 米，傍溪拔地而起，有芙蓉峡、小赤壁、妇姑岩等胜景。练溪溪水清澈见底，构成“九曲练溪，十里画廊”。

仙都历史悠久，文物古迹众多，有唐代李阳冰篆书的“倪翁洞”石刻，有朱熹讲学的独峰书院等。

（六）天台山

天台山在浙东天台县境内，主峰华顶海拔 1 138 米。天台山雄秀兼备、景色优美，且距离古越国政治、经济、文化中心绍兴比较近，因而早就闻名于世。东晋南北朝时期

就成了有名的游览胜地。王羲之、顾恺之、谢灵运等书画家、诗人都留下了足迹。唐宋以后，名人来此者就更多了。天台山的出名，还与佛教天台宗的发源地有关。天台宗不仅在国内影响较大，而且名扬日本和朝鲜。



天台山国清寺

天台山以国清寺、石梁飞瀑最为有名。国清寺坐落在天台华顶山南麓溪谷中，四面环山，一溪横贯，古木参天，十分幽深。国清寺规模宏大，有殿屋600多间，依地势自然展布，由低到高，幽深中见雄伟。然而整座寺庙深藏在古松、巨樟和茂林修竹之中。人到寺前，只见“隋代古刹”一照壁，却不见大寺的真面目。只有层层递进，方见其深广。可以说，国清寺是大建筑群与幽深环境和谐协调的典范。国清寺还有许多著名的胜迹，如隋梅、隋塔、七佛塔、一行墓及柳公权的题刻等。

天台山自然景观之奇莫过于石梁飞瀑。石梁是指横跨在溪谷两岸的一条七八米长的天然巨石，梁下溪水奔涌，直落数十米，倾泻于碧潭。自下仰视，石梁卧虹，飞瀑奔雪，蔚为奇观。周围有宋代大书法家米芾（fú）的“第一奇观”，清代康有为的“喷雪飞云”等石刻。

（七）雁荡山

雁荡山位于浙江东南沿海，分北、中、南雁荡山。历史上所说的雁荡风景区，是指北雁荡，其实南雁荡也很奇丽。雁荡山山体，主要是由流纹岩构成。熔岩在喷出、流动和冷凝过程中，产生了各种溶洞、气孔和流纹等构造，垂直节理发育，经漫长风化作用形成极为丰富的造型地貌。自古以来人们用“天下奇秀”、“奇谲善变”来赞美它。雁荡之奇在于峰、嶂、洞、瀑四绝交辉。

“奇峰百二”，是构成雁荡自然景观的基础，多为石峰，徐霞客评说道：“峭立亘天，危峰乱叠，如削如攒，如骈笋，如挺芝，如笔之卓，如幞之欹……突兀无寸土，雕镂百态。”石峰相对高度一般100～300米，拔地而起，可望而不可及。造型各异、形象逼真，有合掌礼拜的灵峰，有端坐莲台的观音峰，有拱手迎客的“接客僧”，还有双笋峰、一帆峰等。

山中著名的岩嶂有22列，嶂是指连续展开的悬崖峭壁，从灵峰的倚天嶂到大龙湫的连云嶂蜿蜒蟠结，气势磅礴，纵贯整个景区。雁荡的溶洞不同于石灰岩溶洞，它是岩浆在流动时，因固结不均局部岩浆流失或两次熔岩中间未填满而形成的洞。另一类是沿裂隙崩塌形成的洞。溶洞一般不深，不少庙宇依洞而构筑，形成古洞石室的独特风格。

雁荡飞瀑姿态各异，规模较大者有20多处，一般终年有水。大龙湫瀑布一级落差190多米，从连云嶂悬壁上凌空

而下，气势宏大，变化万千，清代诗人袁枚咏道：“龙湫山高势绝天，一线瀑走兜罗绵。五丈以上尚是水，十丈以下全为烟，况复百丈与千丈，水云烟雾难分焉……”写出了瀑布变幻多姿的风采。然而，“欲写龙湫难下笔”，只有亲临其境，才能领略其风韵。

小龙湫在幽深的灵岩寺后边，从100多米高的悬壁中飞泻而下，画家潘天寿在《小龙湫一截》中题写道：“雁山峰壑，怪诞高华，令人不能想像。所谓鬼斧神工，直使诗画家无从下笔。”

（八）楠溪江

与雁荡山相邻的楠溪江风景区，还有更多的瀑布流泉，令人流连忘返，尤以清澈见底、水质优异的楠溪江更为迷人。驾竹排游览楠溪，实在是令人难忘的享受。两岸还保存着大量的明清时代民居建筑，有很高的建筑艺术和历史文化价值，流露着中国山水田园文化的风采。在楠溪江400多平方公里的山水田园之间，自唐朝以来曾出过60多位进士，其中还有状元。细访这些古老村庄、民居、祠堂、路亭等建筑，再看看他们的宗谱，一幅古代中国典型的“耕读社会”的图像，就会展现在眼前。这是不可多得的珍贵的历史文化遗产。

（九）武夷山

武夷山风景区系指位于福建崇安县城南15公里的武夷

山脉东段，是红色砂砾岩构成的丹霞地貌，景观极为丰富。自古以来，就有“碧水丹山”、“奇秀东南”之誉。

“三三秀水清如玉，六六奇峰翠插天”，“有声欲静三三水，天势不奇六六峰”，所描绘的就是武夷山的景观概貌。“三三水”是指萦绕于奇峰之间的九曲溪；“六六峰”是指夹岸森列的36峰；再加形象生动的99岩，便构成武夷山奇秀景观的基本内容。

武夷山主要景点集中在九曲溪两岸，坐竹排游览武夷山水别有情趣。沿途有“端庄雄特、具有王者威仪”的大王峰，婷婷玉立的玉女峰，奇险的接笋峰，“超绝尘寰”的天游峰，“峥嵘深锁”的茶洞，“风光近武陵”的桃源洞等。

武夷山的悬崖峭壁之间，还遗存着古人崖葬的悬棺，据测定距今已3000多年。形状像船，又架于悬崖绝壁的洞穴中，故名“架壑船”，成为千古奇观。

（十）冠豸山

冠豸（zhì）山与武夷山并称“北夷南冠”，足见其山色之秀美。位于福建连城县，属丹霞地貌。山峰平地兀立，奇峰争雄，深涧竞出。主峰灵芝峰海拔660.8米，登顶顿生“千峰历落双眸下，九曲萦回一掌中”之感。冠豸山前山雄旷，后山则幽谷深涧，奇峰怪石遍布。山后有一个面积300公顷的石门湖，三面围着群山峭壁，水环山绕，湖水清澈。冠豸山始辟于宋，盛于元、明，遗留不少古迹，有林则徐题的“江左风流”等题匾和摩崖石刻40余处，还有东山草

堂以及二邱书院等十几处古建筑。这里还有毛泽东、朱德旧居以及苏维埃政府旧址等革命遗址。

（十一）桃源洞

桃源洞位于福建永安市，是又一处丹霞地貌类型的名胜。沿着沙溪上游的两岸突兀林立的奇峰和盘曲蜿蜒的曲流、沟谷，有“小武夷”之称。山峰高度在海拔150～380米之间，群峰竞秀，丹崖碧水。桃源洞植被丰茂，桃花涧两岸桃花盛开时节，确有“世外桃源”之意境。

离桃源洞十数公里，奇峰怪石林立，景观奇特的喀斯特地貌，便是鳞隐石林。岩溶发育，千姿百态的溶洞、峰丛、石芽石林、钟乳石，造型各异，美不胜收。

（十二）清源山

清源山位于福建泉州市北郊。泉州市是我国“海上丝绸之路”的起点。清源山随泉州的兴起，在宋元时代已盛极一时，誉为“闽海蓬莱第一山”。它三峰耸立，气势雄伟，峰间云雾缭绕；山岩多断层，形成流泉飞瀑绕山转的奇特景观。

清源山属南亚热带海洋性季风气候，雨量充沛，植被丰茂，四季景观各异，“桃李报春，榕荫蔽夏，红叶送秋，松竹伴冬”。

清源山人文景观众多。自唐以来，儒、道、释三教竞相占地造宇。现存文物中，尤以宋代老君造像为最，是我

国尚存的最大道教石雕造像。灵山上有两位穆斯林先贤的圣墓，为伊斯兰教的第三圣迹，具有较高的历史和艺术价值。还有历代书院、寺庙、宫观以及数百摩崖石刻。

（十三）黄山

古人有“矫激离奇，不可思议”，徐霞客以“生平奇览”、“有奇若此”、“步步生奇”来描绘黄山之美。黄山奇在什么地方？奇在峰、石、松、云的奇妙结合。

黄山景观的基础是典型的高山花岗岩地貌。千米以上高峰72座，最高的莲花峰海拔1 873米，群峰陡峭，劈地摩天，峰峰皆“直削无枝，拔自绝壑”，奇险幽奥，变化莫测。黄山花岗岩纵、横、斜三组节理发育，经长期风化作用，形成种种巧石，如人似物，变化无穷。黄山松，顶平干直，盘根虬枝，苍翠奇特，分布在海拔800米以上，构成“无树非松，无松不奇”的景观。黄山一年中200多天有云雾，故有“云雾之乡”的别称。黄山因有云海之美，故有“黄海”之称，整个风景区又分“五海”，即前海、后海、东海、西海和天海。



黄山雾海

黄山奇美的景观不仅在于峰、石、云、松各自之奇，更美在它们之间的有机结合。山峰高峻宏大，巧石纤细挺

拔，巨细对比，景观生动而富于变化。石浑厚而质朴，松苍劲而洒脱，松得石而刚，石得松而灵。奇特的峰、石、松等静景与云雾的聚散、升降、奔涌、明灭等动景交融，使景观虚实相生，瞬息万变，升华、超脱，给人以无限的遐想。

黄山的温泉，被称为“四绝”之一。温泉过去既可作为一种终年喷涌的景观，又可为游人沐浴之实用，而现在只作室内实用了。黄山水景亦很丰富，有九折瀑、凝碧潭、百丈泉、人字瀑及逍遥溪等。玉屏峰、天都峰、莲花峰、北海、始信峰、云谷寺以及松谷庵诸景区，无不以它独特的景观令人陶醉。如果把西湖比作人间西子，那么黄山可说是月中吴刚，人间美女还要娇妆巧饰，而月中吴刚则是天生地就美自成。黄山从中国人的山水观来看，更是一座天然的山水画模特儿。游黄山，如赏画卷，步步有景，移步换景。这就是黄山与其他名山所不同的珍贵地方。

（十四）齐云山

齐云山与黄山、九华山并称皖南三大山，位于安徽休宁县和黟县两县境内。齐云山“一石插天，直入云汉”，是我国丹霞地貌中最高的山岳之一，海拔 1 000 余米。屯溪到景德镇的公路从齐云山脚下经过，仰视齐云，十分壮观。过清流碧水的黟水登封桥，踏上倚岩贴壁的登山道，见绝壁摩崖石刻“第一名山”，便进入“群峰竞秀齐争云，万壑奔流入清幽”的境界。经过巨石夹峙、一隙通人的一天门，

攀上开凿于绝壁巉岩上的天梯，再经二天门、天池，逐级登高，渐渐开朗，见群峰插云，环拱周天，身在云峰中。齐云山有 36 座奇峰，72 个怪岩，洞、涧、池、泉遍布。有白岳岭、齐云岩、独耸岩、五老峰、三姑峰、紫霄峰等。

（十五）九华山

九华山也是花岗岩山体，位于皖南青阳县境，屹立于长江和青弋江平原上。全山有 99 峰，其中以天台、莲花、天柱、十王等九峰最雄伟。主峰十王峰海拔 1 342 米，气势磅礴，横立天廓，颇有“拔地千峰秀，盘空万笏分”的超众势态。李白有诗赞道：“昔在九江上，遥望九华峰。天河挂绿水，秀出九芙蓉。”唐以前称九子峰，因李白诗而改称九华山。

神奇的九华山不仅牵动诗人和旅行家的心灵，也吸引着僧人和道士。唐以后逐渐被佛教所独占，为地藏菩萨道场，成为我国四大佛山之一。清代鼎盛时，僧尼多达三四千人。“香火之盛甲于天下”。形成“九华一千寺，洒在云雾中”的“莲花佛国”，从而也构成了九华山人文景观的最大特色。一千寺，是诗人的夸张，几经沧桑，现在尚存 65 座寺庙。这些寺庙因山就势，从山脚到山顶分布在各种地貌部位。主要集中在半山上的九华盆地。著名的化城寺、肉身宝殿、祇园寺、百岁宫、旃檀祥林等都集中于此。真可谓“佛国仙界”。

值得指出的是，九华山寺庙建筑不仅在布局上与自然融为一体，而且在风格上朴实素雅，具有浓郁的民居特色，构成独特的九华景观。

（十六）三清山

三清山，是一座可与黄山媲美的名山。它坐落在江西玉山和德兴市之间。其山因玉京、玉华和玉虚三峰鼎峙，犹如道教所尊的玉清、上清、太清三清列坐而得名。三清山主峰玉京峰海拔 1 816.9 米，略低于黄山。千米以上高峰数十座，石峰森立，造型奇异，植被葱郁。山上森林覆盖率达 80% 以上，动植物资源极为丰富，很少受人类干扰。其中有千亩以上的华东黄杉林、南方铁杉、白豆杉、红楠、天女花、福建柏等稀有树种。山上密布黄山松。三清山亦属花岗岩高山地貌，峰、石的造型皆与黄山相似，峰、石、云、松之奇美不亚于黄山。

若论三清山的特点，就是更自然更纯洁。因为这是一座被冷落了数百年、近几年才重新发掘的名山。北山曾是古代道教名山，现尚存宋、明时代的一些石塔、石刻和建筑。南山则是很少受人类干扰的自然景观，一些惊人的大自然雕塑令人叹为观止。如一座石峰像一条腰径十多米、昂然直立高达 120 米的“巨蟒”，一座酷似现代摩登女性的女神峰，高 80 多米。游人观之，无不叫绝。一般花岗岩山地缺水，而三清山由于降雨丰富、植被茂密，故幽谷处处有清泉，还有不少飞瀑碧潭令人神往。

（十七）庐山

庐山海拔1 474米，雄峙于长江南岸，鄱阳湖之滨，下临茫茫九派，上接冥冥苍穹，重山叠嶂，云雾缭绕，充满大山大水之气魄。庐山多系层层叠叠的砂页岩构成，因山体断块隆起，故似城垒，四壁陡峭奇险，峡谷中急流轰鸣，绝壁间飞流直泻，十分壮观。山顶则起伏和缓，植被丰茂，秀旷清凉，是环境幽美的避暑胜地。



庐山

庐山位居交通要道，几千年来吸引着无数文人墨客、高僧羽士、文官武将。“名山发佳兴”，兴之所发，诗文便就，使庐山成为我国突出的历史文化名山，重要的山水文化发源地。庐山不仅有三叠泉、开先、石门、玉渊等瀑布，雄旷的五老峰，奇险的锦绣谷，神秘的仙人洞，幽静的白鹿洞，以及变幻莫测的云海景观，而且有大量渗透在山山水水之间历代文人名士的遗迹及其山水名篇，如司马迁、陶渊明、王羲之、谢灵运、慧远、李白、白居易、苏轼、米芾、陆游、周敦颐、朱熹、岳飞、唐寅、徐霞客、舒天香直至毛泽东等等。游庐山不仅可以观览无限风光，更可以寻求中国传统山水文化精华，探索庐山风景的灵魂，为复兴庐山而努力。

（十八）井冈山

井冈山位于湘赣边界罗霄山脉中部，在新民主主义革命时期，毛泽东、朱德等老一辈革命家在这里建立了中国第一个农村革命根据地，点燃了中国革命的燎原烈火。反映井冈山斗争的大量历史遗迹，成了井冈山风景区人文景观的基本内容。井冈山自然景观也非常优美。井冈山以海拔 842 米的茨坪盆地为中心，四周皆为海拔 1 300 米以上的崇山峻岭，不少山上分布着中亚热带原始森林。笔架山上的十里高山杜鹃，翡翠谷中的五瀑五潭，黄洋界上的云海，五指山上的珍禽异兽等等，都是可与任何名山媲美的自然景观。朱德 1962 年重上井冈山时曾写下“天下第一山”五个大字。

（十九）龙虎山

龙虎山位于江西鹰潭市西南 20 公里处，跨贵溪、余江两县。上清河源于武夷山脉，蜿蜒西流，把这一带的红色岩层雕琢成造型丰富的丹霞地貌。龙虎山绵延于上清河（芦溪）两岸 10 余公里，碧水丹崖，清幽秀丽。既可泛舟观景，亦可徒步游山。高低错落、穹顶峭壁的山崖绝壁间留有不少古代的摩崖石刻，如“仙岩环翠”、“玉壁凌空”等。在临江的悬岩峭壁上，布满着沿水平方向排列的岩洞。在高 60 ~ 70 米的外倾的绝壁洞穴中，藏有不少棺木，与武夷山的“架壑船”相似，是古代墓葬之一。据考古测定，

这些崖墓是春秋末期的。

龙虎山是我国道教正一派的发祥地，有正一观，现仅存残垣。上清宫是规模大、历史悠久的著名道观，天师府是张天师子孙居家之所，是道教的最大府第。

二 中南名山

（一）武当山

武当山位于湖北十堰市汉水南岸，主峰天柱峰海拔 1 612 米，勃然于群峰之中，素有 72 峰朝大顶的壮丽景观。武当山地形复杂，植被丰茂，形成丰富的自然景观，在 72 峰之间，分布着 36 岩、24 涧、11 洞、3 潭、10 池、9 井、10 石、9 台等胜景。武当山 2000 多年来一直是道教活动胜地。它的鼎盛时代却是明代。明成祖朱棣为了巩固自己的政治统治而借助于武当山的玄武大帝，于永乐十年（1412）命军工 30 万人，在武当山大兴土木，营建庞大的道教建筑体系。历时 10 年，建成 32 组大建筑群，总计两万多间，因山就势，分布在山麓到金顶一条长达 140 华里的“神道”两侧，构成威武庄严，神奇玄妙的道教名山，充分体现了道教崇尚自然，追求玄奇的神仙境界和天人合一的思想。因此，在建设中十分强调自然，要求人工建设对“山体本身分毫不能修动”，创造了自然景观与人文景观高度融合的典

型的中国道教山岳风景景观。如此浩大的工程规模，在中国名山开发史上可以说是仅有的一次。此后历经500多年的变迁，已有不少建筑毁坏，保存至今的主要宫观有天柱峰的金殿以及顺山势而建的太和、南岩、紫霄、五龙、遇真、五虚等六宫，复真、元和二观以及磨针井、玄岳门等建筑。还有大量造型精美、艺术价值很高的明代铜神像、供器和经籍等文物。



武当云海

武当山还以传统的道教武当武术，与少林寺佛家少林武术一样扬名于中外。

（二）隆中

隆中位于湖北襄樊市西南13公里处，这里群山环抱，相传是诸葛亮的故居。

诸葛亮从17岁至27岁，在隆中躬耕、苦读、广交名士。著名的“三顾茅庐”、“隆中对策”就发生在这里。

隆中自然环境优美，群山叠翠，清泉常流，“山不高而秀丽，水不深而清澄，地不广而平坦，林不大而茂密”，为历代名人贤士荟萃之地。自西晋以来，相继建了武侯祠、三顾门、三顾堂、古柏亭、抱膝亭、躬耕田、小虹桥、观星台等诸葛亮的一些重要遗迹，逐渐形成“隆中十景”。广

德寺的多宝塔以及关羽水淹七军等三国古战场遗址与隆中交相辉映。

（三）大洪山

大洪山古称绿林山，位于湖北的随州、钟祥和京山两市一县境内。主峰海拔1 055米，有“楚北天空第一峰”之称。大洪山植被繁茂，峰峦叠翠，绵亘百里。这里古木参天，有成片的楠木和银杏。有千姿百态的溶洞百余处，溪、潭、瀑遍布，有海拔850米的“鄂中瑶池”白龙池，有华中罕见的落差100多米的柳门口四叠飞瀑。

大洪山历史悠久，有“屈家岭”、“冷坡垭”等新石器文化遗址，有保存完好的随州曾侯乙墓、编钟等文物古迹。

（四）九宫山

九宫山位于湖北通山县，主峰老崖尖海拔1 657米，为鄂东最高峰。九宫山峰峦叠嶂，植被繁茂，满山原始次生林，众多的溶洞，秀谷、幽溪、飞瀑遍布。其中大崖头瀑布落差达400余米。

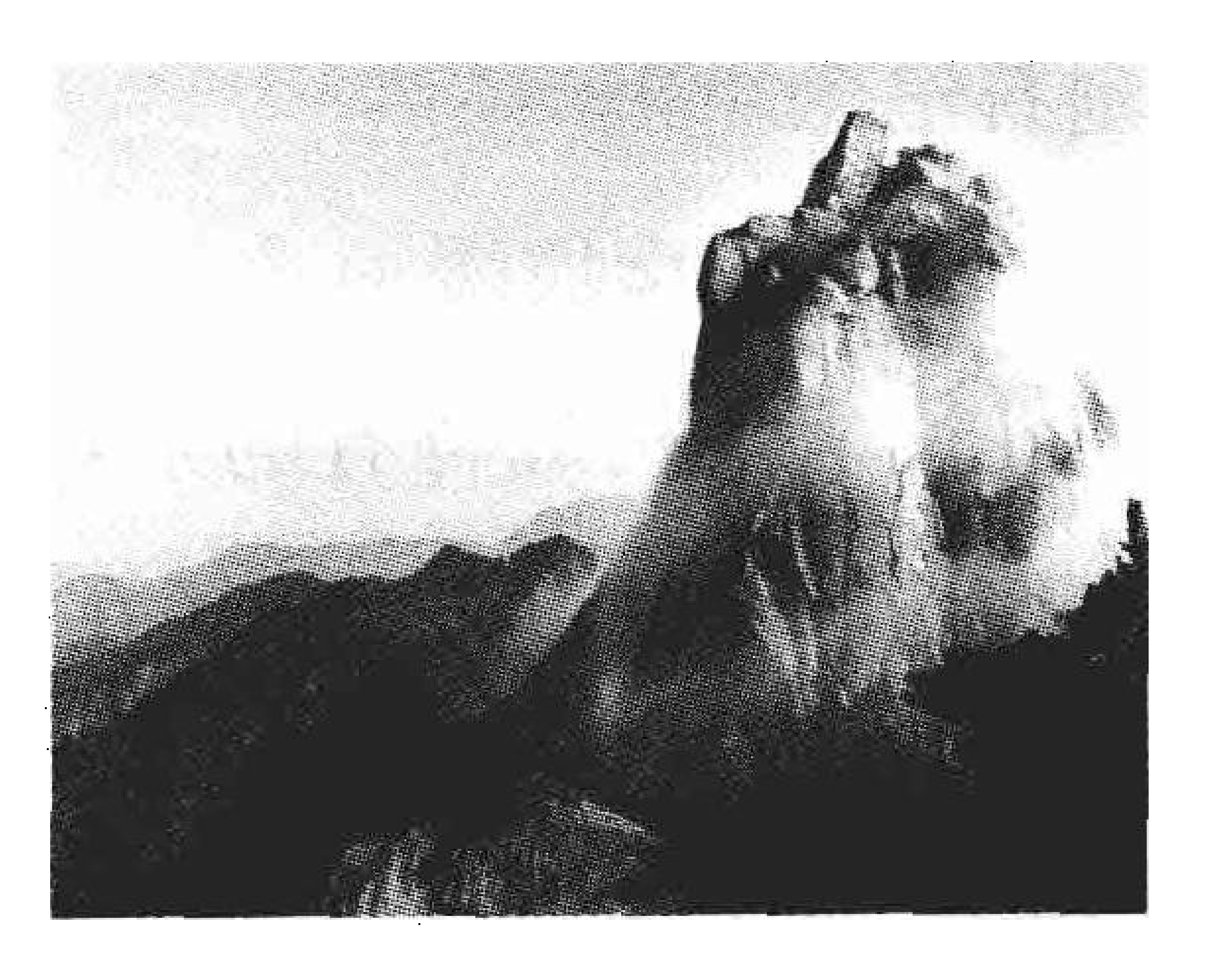
九宫山人文景观丰富，现有九王庙、真牧堂、石城门、一天门等多处古迹。明末农民起义领袖李自成殉难于此，建有闯王陵。

（五）衡山与天柱山

南岳，历史上曾有两处，汉武帝元封五年（前106）南

巡祭祀天柱山，封为南岳，即今安徽潜山县境内的天柱山。700 年后，隋文帝改封湖南衡山为南岳至今。两座南岳皆雄伟壮丽，气势非凡，不愧为天下名山。

衡山在衡阳市之北，湘江之滨，江山相映，相得益彰。主峰祝融峰海拔 1 290 米，独峙湘江平原，当云雾沉降山腰时，博大的南岳犹如朱雀展翅凌云飞翔，故有“南岳如飞”之说。衡山是一座花岗岩构成的山体，但此山大部覆盖沙土，植被茂密，偶有基岩裸露，唯祝融峰勃然突起，显露出花岗岩的铮铮铁骨。因而南岳有外柔内刚之气质。有人把“祝融峰之高，方广寺之深，藏经楼之秀，水帘洞之奇”称为南岳风光之四绝。也有加上“磨镜台之幽，试心石之险，大禹碑之古，南岳庙之雄”称为衡山之八绝。南岳曾是道教、佛教相当活跃的地方，有许多著名的寺观，如福严寺、祝圣寺、南台寺、方广寺、黄庭观等。唐宋以来文人名士登岳游山甚盛，留下许多文化遗迹。



衡　山

古南岳天柱山又名霍山、皖山。有记载的历史已 3000 余年了。周武王时，周大夫皖封国于此，故此山为皖山，水为皖水，后来安徽省简称皖亦源于此。天柱山麓山水灵秀，古迹遍布。尤以石中溪为佳，山谷流泉，幽林古寺，环境十分幽雅，深深吸引着历代文人墨客。小溪两岸布满

摩崖石刻，自唐宋至民国共有280多处，各个朝代均有，尤以宋为多。黄庭坚常在此读书，王安石对此感情尤深，以致与弟王安国于皇祐三年（1051）九月十六日拥火夜游并刻石纪念。

天柱山南坡缓而秀丽，北坡陡而险峻，山间巨大的球形花岗岩块构成特有的景观，马祖寺就在这些神奇的巨石环境中。天柱山的奇观还在海拔1 000米以上，这里原生植被未受破坏，古松奇峰，峰大、石大，块体大，令人惊叹。然而，最为雄伟的还是天柱峰，此峰与众不同，高大而挺拔，全身石骨，尘土不染，崛起于众山巅，可望而不可即，真是天下罕见，故有“天柱归来不看峰”之说，不愧为“南天一柱”。

（六）武陵源

武陵源在湘西武陵山脉东段，是地球上一座奇峰博物馆，奇峰3 000多座，峰峰立地而起，座座形态各异，其相对高度多在100～300米之间，上锐下削，如塔、如柱、如楼、如城，如种种物象。有孤立，有群集，若动若静，有秀雅高洁，有凶猛险恶之状……这种造型地貌的基础是石英砂岩夹薄层页岩地层。在地壳上升过程中，外力风化作用沿着垂直节理、裂隙扩展，经过崩塌、流水侵蚀及搬运作用，形成直立的峰林，岩层大致水平，层理清晰，给人以强烈的节奏感。

武陵源地处中亚热带北部常绿阔叶林植被区，植被丰

富茂密，构成千峰披翠、四季常青的绿色世界。过去由于交通不便，生态环境很少受破坏，珍稀动植物资源相当丰富。武陵之美，就在于毫无修饰的自然美，几乎一切都是天成的。“苔痕终古迷幽壑，壁面千年挂劲松。”在当今世界，这种“天生丽质”的自然景观实在太少太可贵了，并将越来越珍贵。


武陵源

武陵源是一个较为完整的盆地，周围有大山环绕，3 000座奇峰皆出于盆底，因此欣赏武陵风采，当领略其三奇，即谷底金鞭溪的奇奥，登峰历其奇险，山顶观其奇秀。

（七）韶山

韶山位于湖南湘潭县西北。这里群峰叠翠，景色秀丽，主峰韶峰海拔520米。相传唐虞时代，舜帝曾偕妃子及大臣登临峰顶奏韶乐，故名韶山。

在韶峰下的韶山冲是毛泽东的故居，他在此度过了童年和少年时代。这里有毛泽东故居和旧居陈列馆等革命纪念地。

（八）丹霞山

丹霞山位于广东北部仁化县，系由巨厚红色砂砾岩构成，垂直节理发育，随着地壳上升和风化过程形成种

种方山、奇峰、赤壁、岩洞和巨石等特殊地貌现象。这种地貌称之为丹霞地貌。丹霞山奇峰拔地，山山陡峭，而山顶较平缓，树木葱郁，犹如翠盖。清秀曲折的锦江及其支流绕山穿峰，山水相依，风光绮丽。隋唐时就有僧人栖息于岩洞，明时香火较盛。著名的景点有幽洞通天，长老旭日，锦岩洞天，丹梯铁索，舵石朝曦，山湖倒影等。

不少地区发育典型的丹霞地貌，都已成为名山胜景。如江西的龙虎山、圭峰，皖南的齐云山，广西的白石山等等。

（九）南岭—八角寨

南岭是指湖南、江西、广东、广西四省区边境的一系列北东—南西方向的山脉的总称。它东西 1 400 公里，为长江与珠江流域的分水岭。南岭北挡寒流、南阻台风，造成南岭以南气候终年温暖，少霜雪，以北则冬季较寒冷。它是我国一条重要的地理分界线。

湖南新宁县和广西资源县接壤的南岭山脉的越城岭和雪峰山余脉中，有一片广大的丹霞地貌景观。源于资源县猫儿山的资江贯流景区，一江碧水穿行于丹霞奇峰、异石之间，流程 30 余公里。仅资源县境就有 42 滩、36 弯。最高峰八角寨，海拔 818 米，四周悬崖峭壁，崖高 80 余米。寨下远眺八角寨，寨顶飞出八个犄角，指向八个方向，只有一个犄角连接较缓陡坡，可登顶。山顶较平坦约四五十

亩，竹木葱郁。寨下云雾缥缈，寨顶终年不侵，犹如云海中的仙山琼阁。极目远望连绵的丹霞赤壁，红崖绿阴，江水如带，美不胜收。

（十）鼎湖山与七星岩

鼎湖山七星岩位于肇庆市东北（主峰鸡笼山海拔约1 000米）靠近北回归线，地处亚热带向热带过渡的地带，是我国南亚热带森林中保存比较完整的季风常绿阔叶林，是一个较完整的亚热带森林生态系统。它是联合国“人与生物圈”自然保护区网的组成部分，具有特殊的科学价值。鼎湖山不仅有五六个层次结构的植被景观，而且在重山幽谷中有着丰富的溪流飞瀑景观。其中龙潭飞瀑有宋庆龄的题词：“孙中山游泳处”。乔木花丛中深藏着始建于唐代的白云寺，明代的广云寺等。

鼎湖山迤西肇庆市北，有一群布列如北斗的七星岩，伫立于平静如镜的星湖上，湖光山色有如天然盆景。七星岩岩溶发育虽高不过百米，但山石玲珑剔透，洞穴遍布其中，石室洞尚留有唐人李邕的《端州石室记》，尔后历代题刻有270多处，其中包括中唐诗人李绅和北宋包拯的手迹，有重要的文物价值。

（十一）西樵山

西樵山与罗浮山（东樵）共享“南粤名山数二樵”之誉，位于广东南海市西南部，海拔344米。

西樵山是一座死火山，大约在七八万年前，由海底火山喷发形成。整个山体外陡内平，状如莲衣复合，有名峰72座。山顶有天湖，即火山湖三个。这里秀峰罗列，奇石错落，有洞36个，以白云洞为最，有“甲胜西樵”之称。西樵山岩石节理发育，裂隙纵横，泉流四溢，形成28瀑、200余泉之胜。

早在新、旧石器时代，西樵山就有人类活动，留下不少遗迹，称“西樵山文化”。

三　西南名山

（一）峨眉山和青城山

“蜀国多仙山，峨眉邈难匹。”这是李白《登峨眉山》的名句。峨眉既有“平畴突起三千米”之雄，亦有“双峰缥缈谁画眉”之秀。峨眉之秀主要在于植被覆盖率达86%，而如“云鬟凝翠，鬓黛遥妆”之美。峨眉山上、中、下，有寒、温、热三带气候，景观下秀、中险、上旷，生态环境复杂，动植物资源丰富。全山有3 000多种植物，100多种珍稀树种及许多珍稀动物，素有“植物王国”和“天然动物园”之称。

峨眉东汉时就有道教活动，唐宋时佛教大兴，文人学士接踵而至。明清时佛教极盛，全山寺庙多达70余

座，成为我国四大佛教名山之一，为普贤菩萨道场。目前保持比较完整的寺庙尚有十几座，有大量铜、铁佛像及碑、鼎、摩崖石刻等价值很高的文物。尤其寺庙建筑因山就势，含蓄隐逸，造型精巧，有浓厚的地方风格，脱俗而不离俗，是丰富多彩的巴蜀遗产。主要寺庙自山麓至山顶，有报国寺、伏虎寺、清音阁、千佛禅院、万年寺、九老洞、洗象池、华顶、金顶等。九老洞至洗象池一带，有与游人嬉戏的峨眉猴，增添了人与自然的和谐气氛。金顶海拔 3 099 米，常有“宝光”“神灯”等奇观，为佛教名山增添神秘感。



乐山大佛

青城山，地处成都平原西陲，因山上林木葱茏，四季常青，诸峰环绕，状若城郭而得名。青城山由红色砂砾岩构成，高崖深谷，松、楠、枫、柏等古木，遮天蔽日，宫观亭阁掩映于浓荫翠盖之间，益显幽深清静。道书称青城山为“天下第五洞天”。现存主要宫观有建福宫、天师洞、祖师殿、朝阳洞及上清宫等。宫观依山临谷，取材木石，格局简练，色调素雅，与自然融为一体。尤其登山道上形体多样、用原木构架、树皮盖顶的亭，格外质朴古雅。青城山兴盛时曾有宫观 70 余座，景点 100 多处。所谓道家居青城，佛家占峨眉，同负盛名，人称“峨眉天下秀”、“青城天下幽”。

（二）黄龙沟与九寨沟

九寨沟与黄龙沟是岷山山脉中的两颗明珠。常言道："山得水而活，水得山而媚"，位于川西北高原上的九寨沟和黄龙沟，就是山与水巧妙结合，山水与原始森林交相辉映，达到了至善至美的境界。它们都是发育在高山石灰岩地区，崩塌、冰川堆积及奇特的石灰岩岩溶地貌，为形式纷繁的湖、泊、池、泽、泉、滩、瀑等特有景观创造了条件，令人叹为观止。九寨、黄龙，水美天下，水有动态美、静态美、色彩美和音响美等，这里无不具备。以湖池为例，九寨沟有108个，黄龙则有3 000多个。若以大小论，大者长七公里，宽数百米，小者精巧如盆；个个形状各异，深浅不同，栖生着不同的动植物而各具个性。

然而最奇妙、美丽的还是水的色彩。这里静水的基调是蓝色的，有浅蓝、深蓝、碧蓝、翡蓝和翠蓝等等，水皆洁净无尘，透明度极高。更有一些呈现红、黄、绿、蓝、青等五彩缤纷的彩池。黄龙沟以乳黄色的石灰华为基底构成无数池盆，梯叠如鳞，晶莹清澈的流泉漫过彩池叮咚有声。将千百个湖、沼、潭、池联系起来的是飘若白练、舞如游龙的泉瀑。九寨沟长约50多公里，黄龙沟长约七八公里，落差都较大。随着河谷宽、窄、陡、折、缓、峻产生千变万化的瀑布、跌水、飞泉和急滩，形成梯湖叠瀑的特有景观，演奏出优美动听的交响乐。

大片原始森林和雪山上的冰川不但是洁净水源的保证，

而且也是妩媚多姿的基础。这是一个十多年前新发现、不可多得的自然美的王国。

（三）西岭雪山

西岭雪山位于四川成都市的大邑县，主峰苗基岭海拔3 614 米。它耸立天际，终年积雪不化，洁白晶莹，有日照金山的奇观。唐代大诗人杜甫寓居成都，眺望西岭雪山，有“窗含西岭千秋雪”的赞誉。这里植被良好，有原始森林26 800 公顷，是城郊观赏雪山奇景和原始风光难得的好去处。

（四）四姑娘山

四姑娘山位于四川阿坝藏族羌族自治州的小金县。主峰海拔6 250 米，是横断山脉邛崃山系的最高峰，其余三峰海拔皆为5 500 米左右。四姑娘山峻拔多姿，终年白雪皑皑，巨大的冰川直泻海拔4 000 米处，气势磅礴，蔚为壮观。原始森林茂密，草甸绿茵似毯，谷中溪流清澈，高山湖泊星罗棋布，宛如一面面晶莹的明镜镶嵌在万山丛中，景致雄奇壮美。

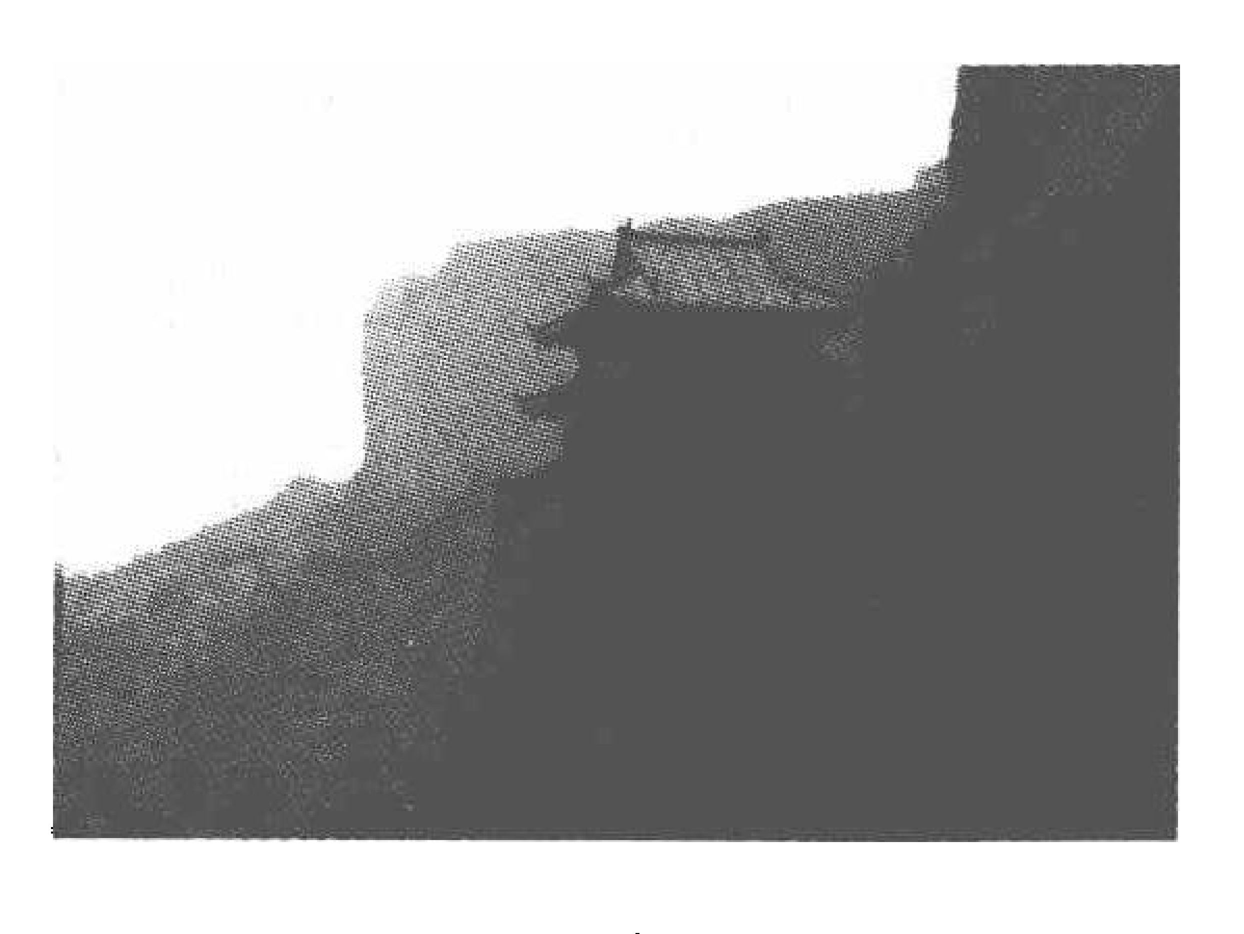
（五）金佛山

金佛山位于四川南川市境内，为大娄山脉的主峰，海拔2 251 米。它处于四川盆地与云贵高原的过渡带，切割强烈，多陡崖峡谷，断层明显，岩溶地貌发育，多溶洞，形

成悬崖绝壁雄险、峰秀洞奇的自然风光。金佛山泉、瀑遍布，尤以山北麓的龙岩河中的冷、温、烫三泉著称。得天独厚的自然条件，使金佛山的原始植被保存较好，林木丰茂，物种繁多，有“天然植物王国”之称。银杉、方竹、杜鹃王和大叶茶“金山四绝”令世人瞩目。

（六）剑门蜀道

“蜀道之难，难于上青天”，是李白的名句。穿行于巴山、秦岭和岷山等群山之中的古蜀道，是古代连接川陕的交通孔道，是秦入蜀的古栈道。蜀道自然景观雄奇险峻，文物古迹星罗棋布，像一轴以古文化为纽带的壮丽山水长卷。



剑门关

蜀道，自陕西的五丁关至四川的剑门关一段，“钩山带河，连营作栈，绵亘六百里”。如“清风明月峡”，两岸悬崖绝壁，下临波涛汹涌的嘉陵江，峡壁凿孔插木架梁，上铺木板为路，构成“飞梁驾绝岭，栈道接危峦”的奇绝风光。

剑门关是由砾岩构成的一系列单斜山组成，受断裂构造影响，经流水崩塌等侵蚀作用，形成一条宽 20 多米、长 500 多米、高数百米的峡谷。远看剑门两翼的单斜山壁立如城，72 座山峰如排剑横空，森严壁垒。谷口有古关楼高耸，更显雄关风姿。据记载，诸葛亮相蜀，凿石架空始为飞梁

阁道，以通行路，于此立剑门关。

剑门关至剑阁，是一条长约150公里，由10万棵古柏夹道的山间通道，被誉为“蜀道奇观”的“翠云廊”。传为蜀汉车骑将军张飞守阆（làng）中时所植，故名“张飞柏”。其实是明正德年间剑州知府李壁倡植，距今460余年。古道两旁古柏参天，枝柯交错，浓荫蔽日，构成一条举世罕见的长数百公里的翠云廊。这条长廊，铺岭走脊，绕悬崖越溪涧，绵延不断。远观如苍龙出山，异常壮观。

（七）蜀南竹海

蜀南竹海，又称“万里菁”，位于四川长宁县与江安县毗连的连天山西南部，海拔400～1 180米，占地六万余亩。

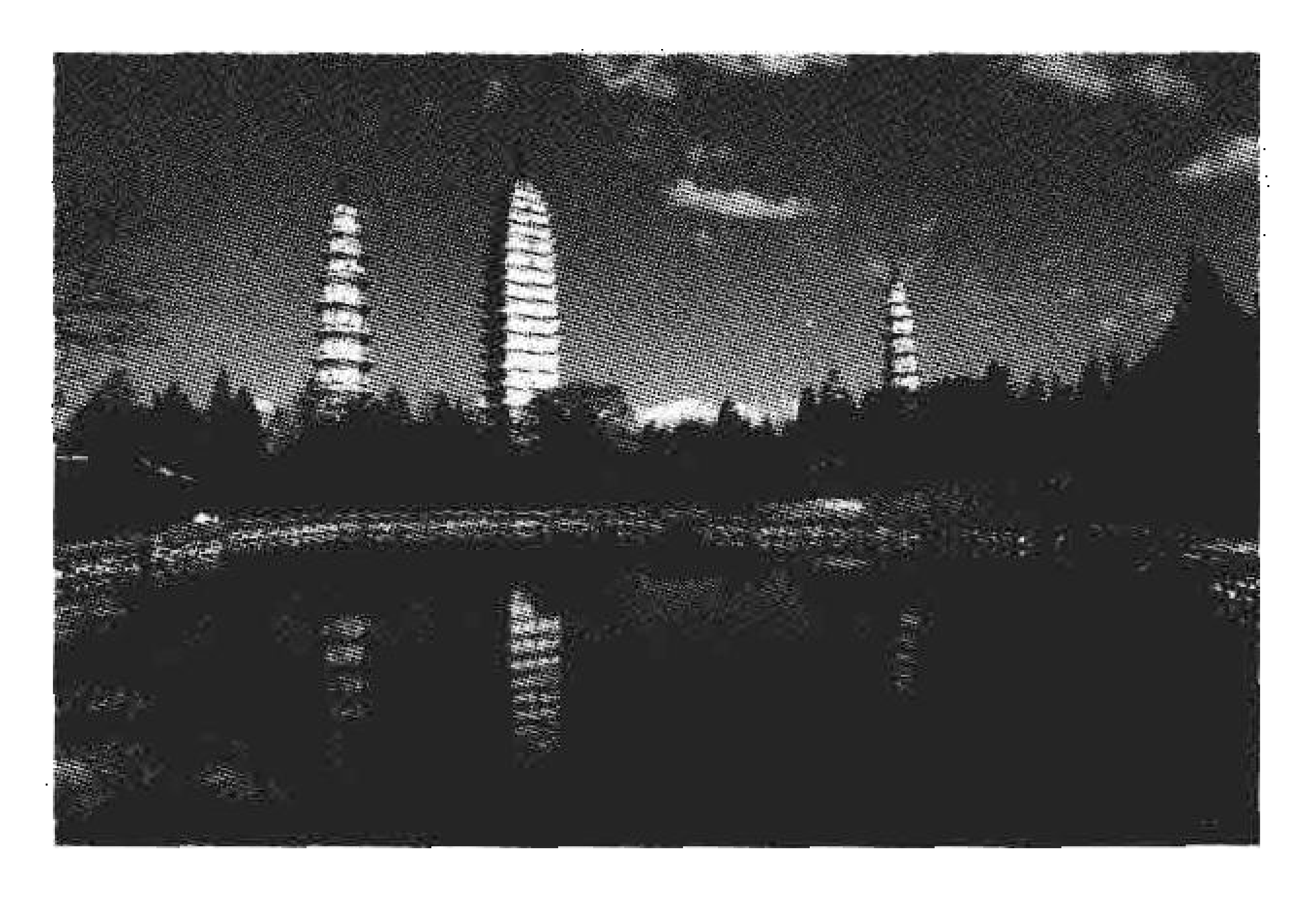
竹海分布在28座峰峦之上，山山皆竹，郁郁葱葱，以楠竹为主，间有人面竹、花竹、算盘竹、绵竹、黄竹、罗汉竹、香妃竹等30余种。竹海蔽日，竹径幽深，四季风光各异。其间数十处飞瀑流泉长流不竭，有一三叠飞瀑，高200米，宽15米，十分壮观。

竹海山岭中有洞20多个，有的高高镶在绝壁上，有的深深藏在地下，其中仙寓洞于竹海边缘的擦耳岩的绝壁之上，宽200米，深10米，高15米。洞内原为古庙，建有大佛殿、二佛殿、玉皇殿、观音殿等楼阁、殿宇。现寺虽毁，但石壁上佛雕、石刻尚存，为省级文物保护单位。天宝洞上似刀削丹崖石壁，下临万丈深谷，春夏丹岩翠树，鲜花似锦。

（八）横断山脉群星

从“世界屋脊”青藏高原而来的许多东西走向的山脉，到川滇西部，急转南下，势如群龙飞腾。这就是闻名世界的横断山脉。横断山脉的最高峰是贡嘎山，海拔7 556米。它与山脚大渡河的高差达6 000多米。贡嘎山在藏语中是“雪之山”的意思。贡嘎山周围有20余座6 000多米左右的高峰，十分壮观，早已成为峨眉金顶的借景。1957年，我国登山队首次登上这从无人类足迹的雪山之巅。

横断山脉中段云岭山支脉——苍山，是一座闻名遐迩的名山。它莽莽苍苍与碧波荡漾的洱海相依相伴，横卧于滇西高原，形成山海相映，气势雄伟、景色明丽的特有自然景观。山海之间，四季如春，一年春、秋日达300多天。苍山海拔4 122米，洱海海拔1 900米。特殊的地理环境成为珍贵植物宝库，仅杜鹃即有30多种。每年四五月从山下到山顶，不同品种的杜鹃依次开放，景色极为绚丽。与杜鹃齐名的就是“云南山茶甲天下”的山茶花。由于大理气候“常如初春”，所以终年花开不败。


大理三塔

苍山之麓，洱海之滨，是白族人民生活的摇篮。白族自治州的首府、历史文化名城大理，就坐落在这美丽的山水之间。大理周围保存着白、汉人民灿

烂的历史文化，如太和城遗址、南诏德化碑、大理三塔寺、弘圣寺塔、世祖皇帝平云南碑、山花碑以及具有浓郁民族特色的建筑等。其中最引人注目的是三塔。大塔高 69.13 米，两小塔高约 43 米，三塔成鼎足之势，塔身白色，修长挺拔，耸立在苍山、碧海、蓝天、绿野之间，格外醒目。令人惊奇的是，庙宇在历代战火和地震中成为废墟，唯三塔自唐至今仍巍然屹立。

秀丽的湖光山色与优美动人的白族风情，构成了一个和谐整体。白族有许多传统的节日和盛会，如三月街、渔潭会、耍海会、火把节、蝴蝶会等。其中最大的盛会要算是三月街。苍山脚下，洱海之滨，农历三月，春意盎然。民歌唱："一年一度三月街，四面八方有人来。各族人民齐欢唱，赛马唱歌做买卖。"反映了三月街的内容。不仅生活在横断山脉中的几十个少数民族都来参加这一盛会，而且还有内地各省商贾，如今更有世界各地的旅游者慕名而来。

洱海以东与苍山遥遥相对的鸡足山，是我国著名的佛教名山。鸡足山因"山前列三峰、后拖一岭，宛如鸡足而得名"。主峰海拔 3 240 米，气势雄伟秀丽。原始植被相当完好。进山便有"古木参天万壑松涛，山峦叠翠鸟语花香"之感。鸡足山佛教约自唐代传入，明清大盛，形成以祝圣寺为中心的 36 寺、72 庵，僧众达 5 000 人之多的佛教圣地。它不仅吸引着西藏和内地各省的香客，而且还有大量东南亚各国的信徒。因其近代衰落，保存至今的较好的寺庙只有六座，经近年陆续修复，最大的祝圣寺已恢复原貌。

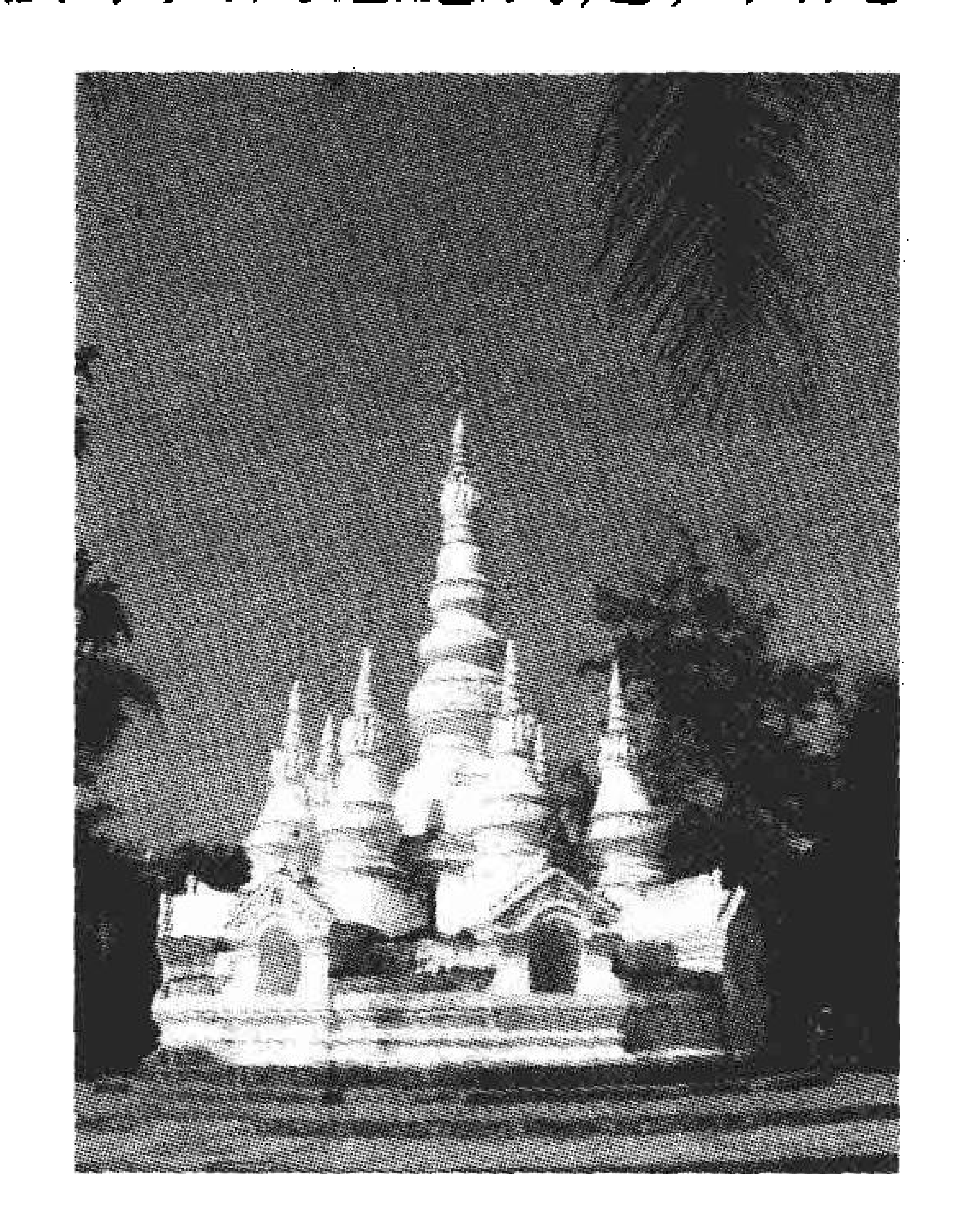
明代旅行家徐霞客游滇期间曾两度登鸡足山，高度赞美金顶的壮丽景观，并写了四观颂诗，东观日，西观海（洱海），南观云，北观雪（雪山）。后人因此又称鸡足山为“四观山”。

横断山向南延伸扩展，形成著名的“帚状”间山宽谷地貌，海拔降至800米以下，西双版纳就位于此间。由于山文水系向东南敞开，有利于东南季风带来暖湿气流，形成高温多湿的热带山原性气候。年平均气温达22°C，年平均降雨量为2 000毫米左右，长夏无冬，春秋相连，干湿季分明。西双版纳，古傣语的意思是“理想而神奇的乐土”。的确，充满生机的热带季雨林景观和优美动人的傣族风情都是十分迷人的。

西双版纳到处生机勃勃，欣欣向荣，终年有开不败的花，结不完的果。在单位空间内，植物生长密度大，种类丰富。从地表苔藓到三四十米高的空间，一般多达五六层植物，郁闭度达90%以上。西双版纳高等植物有4 000多种，国家重点保护的一、二类植物中，近50%的种类都生长在该地区。许多典型的热带季雨林景观令人大开眼界，如奇特的“板根树”，树根如竖立的木板；“老茎生花”即花果结在树干上；“绞杀植物”，即一些寄生植物，逐渐将附主植物缠死，取而代之；高达40～70米的“望天树”以及奇花异草等等。密林中还栖息着野象、野牛、长臂猿、绿孔雀等珍稀动物。

傣族人民信仰佛教，一般男孩子从小就要出家当和尚，

在寺庙中学文化念经，时间长短按个人的意愿而定，因此较大的村寨都有寺庙。寺庙最大的特色是寺前的佛塔一般为多角砖砌塔身，顶锥形尖拔，造型别致，玲珑剔透。著名的有飞龙白塔、景真八角亭等。



飞龙白塔

傣族最富有诗意的节日是泼水节，也就是傣族新年。用最洁净的水相互泼洒，表示祝福。傣族人喜爱孔雀，把孔雀视为美丽、幸福和吉祥的象征。姑娘爱跳孔雀舞，把自己住的地方称之为“孔雀之乡”，造型独特的傣族干栏式竹楼也像展翅的孔雀。村村寨寨果木成阴，修竹婆娑，座座竹楼有如栖息在椰林翠竹中的孔雀群，极富诗情画意。

（九）玉龙雪山

玉龙雪山在云南丽江纳西族自治州境内，是我国纬度最低（北纬 27°10′）的有冰川的雪山。玉龙雪山横卧在金沙江畔，13 座雪峰一字排开，主峰海拔 5 596 米，像昂空龙首；群峰连绵如脊，阳光下银光闪闪，犹如巨龙腾云驾雾，飞舞在碧空之中。玉龙雪山位于横断山脉南段，纬度较低，而海拔高，垂直气候带谱十分明显，当地有“一山有四季，十里不同天”的民谣。从峡谷中的亚热带到山顶的寒带，分布着不同植被构成的自然景观。这里植物群落类型之丰

富多样全国闻名，被誉为“植物宝库”和“森林王国”。

玉龙雪山下生活着具有独特文化的纳西族同胞。自治州的首府丽江位于玉龙雪山南麓盆地中，风光明丽。在丽江的黑龙潭公园看玉龙雪山倒影，极为绮丽。公园内有当年徐霞客住过的五凤楼。纳西族文字是现今世界上尚在使用的唯一象形文字，举世瞩目。纳西族文化还表现在他们特有的建筑、音乐、舞蹈和民俗之中。

（十）腾冲火山

分布在云南腾冲县城周围的腾冲火山群，是由 90 多座火山组成的。它处于横断山脉南段的高黎贡山西侧，是我国保存最完好的新生代活火山群，火山地貌典型。在近 6 000 平方公里的范围内，地热遍布，有热泉、气泉、热田、热海等。有的热泉外喷如礼花，有的声震似虎啸，有的烟雾缭绕，热气冲天，蔚为奇观。凡有热泉处，皆有热泉华，泉华遍野，还有泉华扇、泉华丘、泉华冢等，千姿百态。由于火山活动，“扯雀圹”等处逸出硫化氢、二氧化碳等有毒气体，其上方飞鸟，多有落地者，轻如酒醉，重则毙命。

腾冲火山群中，有火山口 22 座、崩火山口 23 座。最壮观的要数打鹰山，为境内最高者，海拔 2 614. 5 米，相对高度 600 米，山体为圆锥形，底部直径 5. 25 公里。顶部的火山口直径 200 米，深 60 米，口内有三个火山湖。打鹰山山势雄伟，景色秀丽。腾冲火山群不仅有很高的观赏价值，

而且有很高的科学价值。

（十一）路南石林

当你来到昆明东南120多公里的路南县，只见那广阔而微微起伏的高原上，奇石峥嵘，突兀排空，点点群群如雨后春笋，破土而出，散布在阡陌田畴之中。渐近渐密，莽莽苍苍，森立如林。这便是闻名的路南石林，典型的热带岩溶地貌。

进入“林区”，愈进峰愈密，愈清晰、愈高大、愈怪秘。这片奇特的石林，面积约350平方公里，形形色色的奇峰怪石，大体可概括为剑峰状、蘑菇状、塔状和墙状等形态。它们或孤立独长，或成群丛生，高低错落，疏密有致。有的如利剑刺空，有的似古塔群立，有的像屏风、墙壁，有的似人物、飞禽、走兽，构成无穷无尽的景观。石林称石芽，一般高度在10~20米，最高达30余米，低者仅3~5米，分布在海拔1 900米左右的高原上。晴天，湛蓝的天空，雪白的云彩，银灰色的石林穿云插天，十分壮观。雨天，则石林如黛，峰峰如铁，柱柱似钢，别有风采。

石林景区附近，居住着撒尼族人民，他们为奇特的自然景观融入了诗一般的民族风情，他们有许多优美的民间传说，并与自然风光联系起来，如长诗《阿诗玛》。当人们在石林中看到那惟妙惟肖的天然雕像阿诗玛，仿佛聪明美丽的阿诗玛永远活在人间。

（十二）贡嘎山

贡嘎山是横断山脉中大雪山的主峰，海拔 7 556 米，不仅是横断山脉的最高峰，也是青藏高原以东的最高峰，位于四川甘孜藏族自治州境内。远眺贡嘎山，像一座巨塔，雄峙于群山之上，银光闪闪。主峰周围 6 000 米以上的高峰 45 座，现代冰川 159 条，规模最大的是海螺沟冰川，自山顶下伸至海拔 2 800 米处，极为壮观。

贡嘎山垂直气候带谱明显，山下是艳阳初夏，青稞茁壮；山腰是明媚春光，绿草如茵，野花遍地；山顶则白雪皑皑，银白世界。自下而上七个气候带，形成多层次的植物带及其特有的自然景观。

（十三）梵净山

梵净山位于贵州印江、松桃和江口三县交界处，是武陵山脉的主峰，海拔 2 572 米。主要以变质岩为主，如千枚岩、片岩、变质石英砂岩、板岩等。层层叠叠的千枚岩，沿垂直节理崩塌风化以后所形成的山峰、断崖、峭壁和深沟幽谷，很像凌空垒叠的书籍和纸张，形同“万卷书”、“千层纸”，实属天下罕见的奇观。

据记载，梵净山在明代已非常兴盛，寺庙星罗棋布，每当四月香会，各地朝山进香者络绎不绝，盛日香客达数千之众。近代日趋衰落，保存下来的庙宇只有北坡的太平寺和天庆寺了。但从山上诸多遗址来看，仍可追思往昔之

盛。梵净山奇观集中于金顶附近，石柱突兀，裂隙如刀切。著名的“金刀峡”、“薄刀岭”都是十分奇险的景观。梵净山历史上就受到严格的保护，因而原生植被很少受破坏，山上有珙桐、鹅掌楸等许多珍稀树种和娃娃鱼、金丝猴等珍稀动物，现为我国自然保护区。

第五章

横空出世的西部极高山

我国西部耸峙着亚洲大陆一系列巨型的山脉——天山、昆仑山、喀喇昆仑山、冈底斯山、喜马拉雅山。它们汇集于帕米尔，形成一个平均海拔5 000米以上的巨大山结，构成地球上的伟大奇观。“帕米尔”，波斯语的意思为“世界屋顶”，我国自汉代以来称葱岭。帕米尔高居欧亚大陆中心，是古代东西方交通要冲，著名的丝绸之路就从这里通过。站在帕米尔之巅，纵目四望，冰峰林立，摩天插云，气象万千，条条山脉如腾云驾雾的巨龙，降落在苍茫的西部大地上。

一 天山

“却出长城万余里，东西南北尽天山。”道出了天山的广大。天山东西绵延2 500多公里，是亚洲最大的山系之一。其东部横贯新疆，长达1 700多公里，南北宽约300公里，把新疆分成南疆、北疆两部分。天山西段高峻雄险，海拔7 435米的托木尔峰是天山第一高峰。1977年7月25日，我国登山队登上了托峰极顶。托峰北20公里便是天山第二高峰汗腾格里峰，海拔6 995米。天山东段山势渐低，最高的博格达峰海拔5 445米，耸立在乌鲁木齐东北方的碧

空中，冰峰银光闪耀数百里，成为古往今来丝绸路上的行人和当地牧民辨别方向的“灯塔”。博格达冰峰雪水汇聚于山腹，形成美丽的天池，相传是西王母居住的瑶池。它像一颗蓝色的宝石镶嵌在雪峰下绿色的原始森林之中，吸引着千万游人。



初秋的天山

横卧在浩瀚的荒漠、草原上的天山，植被分布有明显的垂直景观带，自山下至山上分布着荒漠、山地草原，山地云杉林，高山草甸，高山冰雪带。冰雪带还生长着雪莲，丛林中栖息着云豹、羚羊、雪鸡等珍禽异兽。

雄伟、美丽的天山，以她特有的“乳汁”哺育着维吾尔、哈萨克等民族，使天山南北的新疆成为世界长寿区之一。

二 昆仑山

昆仑山和喀喇昆仑山连袂并出于帕米尔高原，渐渐分道向东和东南方向而行。昆仑山沿新疆和西藏交界线，经青海向东直至四川盆地。长约 2 500 公里，是中国最长的山系。昆仑山山势雄伟、壮阔，凌驾于青藏高原，横亘于亚

洲中部，素有“亚洲脊柱”之称。昆仑山西段北坡有许多大断层，形成巨大高差。从海拔1 000多米的南疆塔里木盆地骤然上升至五六千米，山势异常高峻，在喀什、和田仰观巍巍昆仑，高山壁立，冰峰插天，景观崇高而威严。昆仑山西出帕米尔地段尤为高大，海拔7 000米以上的高峰不少，其中公格尔峰（海拔7 719米）、公格尔久别峰（7 595米）和“冰山之父”慕士塔格峰（7 546米）并称昆仑三雄。1956年，中苏登山队首次登上慕士塔格峰，征服了“冰山之父”，同年又成功地登上公格尔久别峰。1961年，中国女子登山队成功登上公格尔峰，显示了我国巾帼英姿。

昆仑山向东延伸，从海拔4 000～5 000米的青藏高原看昆仑，其绝对高度和相对高度都逐渐变小。沿青藏公路从青海的格尔木经昆仑山口进入藏北高原时，昆仑山就像大海中一条露出脊背的巨龙，虽不高拔，却仍显得博大。

昆仑在我国远古的传说中，是一座非常神秘的名山。相传它是天帝的下都，山上有宫殿、瑶池，是西王母与众神仙居住的地方。它是地首，天下的名山都发脉于此。古代交通不便，只说昆仑在西北，但不知具体位置。至汉代，《史记·大宛记》中记载汉武帝派人去西域勘查河源，才认为：“河源出于阗，其山多玉石，采来。天子按古图书，名河所出曰昆仑。”可见这里所说的昆仑，就是现在和田的于阗河上源之昆仑山。在我国古代传说中，西部的昆仑山和东海的蓬莱三岛，均为神话故事的渊薮，在中国历史文化上产生过重大的影响。

三　喀喇昆仑山

喀喇昆仑山巍峨高耸于中国、印度、巴基斯坦边界，全长500多公里，平均海拔6 000米以上，并有8 000米以上的高峰四座，是世界上第二条高大的山脉。主峰乔戈里峰海拔8 611米，是世界第二高峰。喀喇昆仑山冰峰峥嵘，插云擎天，极为壮观。喀喇昆仑山夏季阻挡东南湿润季风而南山多雨，冬季受西来低气压影响多降雪，因而高山多积雪，冰川发育，景观壮丽。

喀喇昆仑山口，自古以来为中国和中亚地区交通要道，商队驼铃不绝于耳。东晋法显和唐玄奘去天竺（印度）取经，亦越过喀喇昆仑山口。现在已有公路与巴基斯坦相通，汽车开始取代了驼队。

喀喇昆仑山向东南延伸便是冈底斯山。它斜贯西藏西南部，长约1 500公里，高度6 000米左右，大致与喜马拉雅山平行。海拔7 095米的冷布冈日峰是冈底斯山脉的最高峰。在气候上，冈底斯山成了喜马拉雅山北面第二道阻挡南来温湿季风的屏障。因此，南坡降水较多，夏天灌木草地如茵，山花烂漫，牛羊成群。藏北高原则成为高寒荒漠。

冈底斯山和喜马拉雅山脉之间，流淌着雅鲁藏布江和印度河。其水源主要靠山上溶冰化雪补给。两河谷地是藏族人民的主要聚居地。藏族人民在这高山雪峰之下、雅鲁

藏布江畔，创造了自己独特的文化。西藏喇嘛教认为冈底斯山是佛经中所讲的宇宙中心——须弥山所在地，因而山中寺院林立，朝圣者络绎不绝。

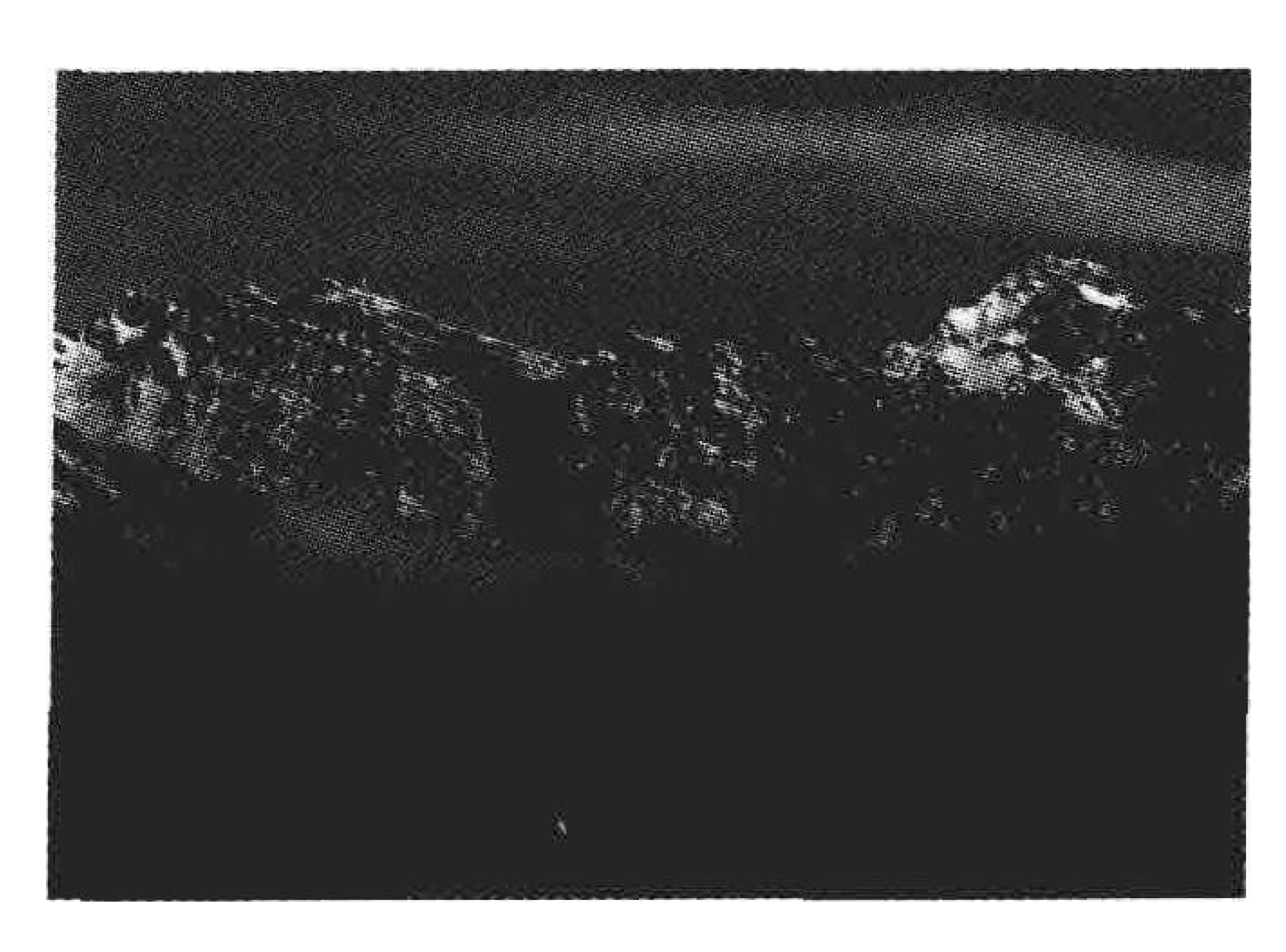
冈底斯山脉北支念青唐古拉山东延南转成横断山脉的组成部分。山脉高度5 500米以上，主峰念青唐古拉峰海拔7 162米，位于拉萨市西北。念青唐古拉山东段，雅鲁藏布江大拐弯北方支流易贡藏布河汇流处，冰川最多也最大，因山谷地带年降雨量丰富，达到1 000~2 000毫米，冰川伸至森林地带。西藏最大的冰川——长钦冰川即位于此处。

四　喜马拉雅山

喜马拉雅山是世界上最高大最雄伟的山系。它耸立在青藏高原南缘，绵亘于中国和印度、不丹、尼泊尔、锡金之间。西起帕米尔，东到雅鲁藏布江的大拐弯处，长达2 500多公里。平均海拔高度6 000米以上，为世界上任何山系所不及。它拥有8 000米以上高峰14座，7 000米以上高峰40多座。其中，位于我国与尼泊尔边界上的珠穆朗玛峰，海拔8 848米，是世界第一高峰。

喜马拉雅山是世界上最高，也是最年轻的山脉之一。据地质学家考证，7000万年以前，这里还是一片汪洋大海，到了3000万年前，由于造山运动，南方的印度洋板块与北方的欧亚大陆板块相互碰撞，交叠相挤，使喜马拉雅山不

断抬高。到了300万年前，已上升到3 500米，而近10万年以来，上升更快，平均高度今已达到6 000米以上，现在还在继续上升。喜马拉雅山骤然隆起，构成一道凌空屏障，阻挡了印度洋暖湿气流的北上，造成青藏高寒干旱气候，一直影响到大西北。



喜马拉雅雪山

“珠穆朗玛”是藏语雪山女神的意思。她银装素裹，亭亭玉立于地球之巅，俯视人间，保护着善良的人们。时而出现在湛蓝的天空中，时而隐藏在雪白的祥云里，更显出她那圣洁、端庄、美丽和神秘的形象。作为地球最高峰的珠穆朗玛峰，对于中外登山队来说，是极具吸引力的攀登目标。

人类攀登珠穆朗玛峰活动开始于1921年，英国登山队首次向珠峰进军，不幸失败而归。随后，不断总结经验，在20多年间先后九次登山均未成功。第10次，于1953年5月29日终于登上了地球最高点。此后，不断有各国登山者创造新纪录。我国登山队于1960年5月25日，首次从北坡成功地登上世界顶峰。中国登山队还于1964年5月2日成功地征服了喜马拉雅山8 000米以上的最后一座高峰——希夏邦玛峰（8 012米）。冰山雪峰是美丽的，但却很难攀登，几十年来，为攀登世界高峰，牺牲了不少登山勇士，然而，

藐视困难、壮志凌云、坚忍不拔的登山健儿们，还是继往开来，胜利地登上了一座座高峰，在喜马拉雅山所有 8 000 米和 7 000 米的冰峰雪山上，几乎都留下了人类的足迹。今天，征服喜马拉雅山仍是全世界登山者梦寐以求的目标，他们视此为考验体魄，磨练意志，显示信心、智慧、力量和技术的地方，因而络绎不绝地来观赏这世间绝景和享受征服自然的喜悦。

我国西部，尤其是青藏高原，雪山拔地，冰峰连天，耸立着世界第一高峰珠穆朗玛峰和第二高峰乔戈里峰，汇集十几座 8 000 米以上的极高峰，拥有数百座 7 000 米以上和数不清的 6 000 米以上的高峰。

随着现代交通的发展，这里将是登山英雄施展雄姿的广阔天地，是未来探险者、旅游者向往的天堂，也是科学家探索世界屋脊奥秘的最有魅力的地方。

第六章

空灵飘渺的海上名山

我国海岸线漫长、曲折、多姿。大陆海岸线北起中朝交界的鸭绿江口，南止中越边界的北仑河口，全长 18 000 余公里。沿海分布着 5 000 多个大小岛屿，如珠似玉洒落在碧海波涛之中，分外妖娆。

我国海岸，纵跨 37 个纬度，地占温带、亚热带和热带景观，包含平原、山地丘陵和生物海岸，其中曲折多姿、高低错落、浪击海蚀、形态万千的山地丘陵海岸，更令人遐想流连，古人还赋予它种种神秘色彩。对现代人来说，大海、海岸与海滩是文明生活中不可缺少的一环。

一　黄海、渤海名山

早在秦以前，就传说渤海中有蓬莱、方丈、瀛洲“三神山”。山上住着仙人，有长生不老之药。《史记·封禅书》说：“此三神山者，其传在渤海中，去人不远；诸仙人及不死之药皆在焉。”秦始皇听说后，便命徐福带 3 000 童男、童女出海寻找“三神山”，求“不死之药”。大海茫茫，何处有神山？最后，漂到一个岛上定居下来。据说这岛就是日本。这个故事不但在中国广为流传，而且在日本传得也很普遍。日本有徐福墓、研究徐福的组织，并出版了不少

记述徐福的书籍。

海上仙山的传说，是虚无飘渺的。秦始皇几度东巡的目的之一，就想求“不死之药”，结果还是死于回京的路上。然而，作为神话故事，却给人以美好的想像，因而成为不少文人墨客的创作题材。古人也曾把蓬莱三岛作为造园的优美景观。在沿海地区，往往把那些奇异的海岛山岩比作“蓬莱仙岛”、“海上仙山”。传说较多的是黄海、渤海上的蓬莱、长岛、芝罘（fú）、成山头、云台山等。

（一）蓬莱与庙岛

蓬莱仙境，指的是蓬莱海滨的丹崖山与海上庙岛、长岛等岛屿。从陆上看，丹崖山只是一缓缓隆起伸向大海的小山。可是，在海上，或两侧观看，却是丹崖绝壁拔海而起的峻山。蓬莱海面，春秋季节，当海面有冷水流时，空气中即形成不同密度的空气层。在晴天静风的条件下，远处的城市景观，如街道、建筑、马路、车辆、山林等，通过光线折射，在蓬莱海面上空出现虚无飘渺的“海市蜃楼”奇观。蓬莱近十几年来，曾出现过两次“海市蜃楼”。

“海市”早有史书记载，由于“海市”奇观才引发“海上仙山”的种种传说和故事，诱使秦始皇登蓬莱、芝罘，求“不死之药”。汉武帝亦相继来寻仙人，求“长生之术”。唐宋以来，蓬莱又有八仙过海之说，继而在丹崖山上修建了蓬莱阁、吕祖殿、三清殿、天后宫、龙王宫等错落有致的宫观建筑，才成了有名的“海上仙山”、“蓬莱仙境”。

蓬莱不仅有山海奇观之美，而且因地势险要，是我国古代著名的海军基地。在丹崖山东侧，明代围港建筑水城，作为停泊战船、操练水军的场所，现尚存许多遗迹。蓬莱也是著名的民族英雄、抗倭名将戚继光的故里和镇守过的地方。他的赫赫战功，可在城南的戚家祠中寻到。

蓬莱以北海面上，横贯渤海海峡的庙岛列岛，素有渤海锁钥、京津门户之称。诸岛各呈风姿。其中，自然之美要数长岛的月牙湾彩石滩，人文之古则数珍珠门和大黑山的石器文化。

月牙湾海滩在长岛北端，因其状若一弯新月而得名。它背倚青山，怀抱碧海，长长的海滩由五彩斑斓的卵石堆成。大小不一，大者如拳，小者如珠，多以白色的石英质为体，渗透着红、橙、黄、赭、紫的花纹，如彩绘万象，不胜辨认。尤其在澄碧的海水中，越发鲜艳夺目。这些彩石的磨圆度极高，有扁圆、椭圆、蛋圆、球圆等圆形彩石。彩石如珠如玉，在万里海疆中独放异彩。

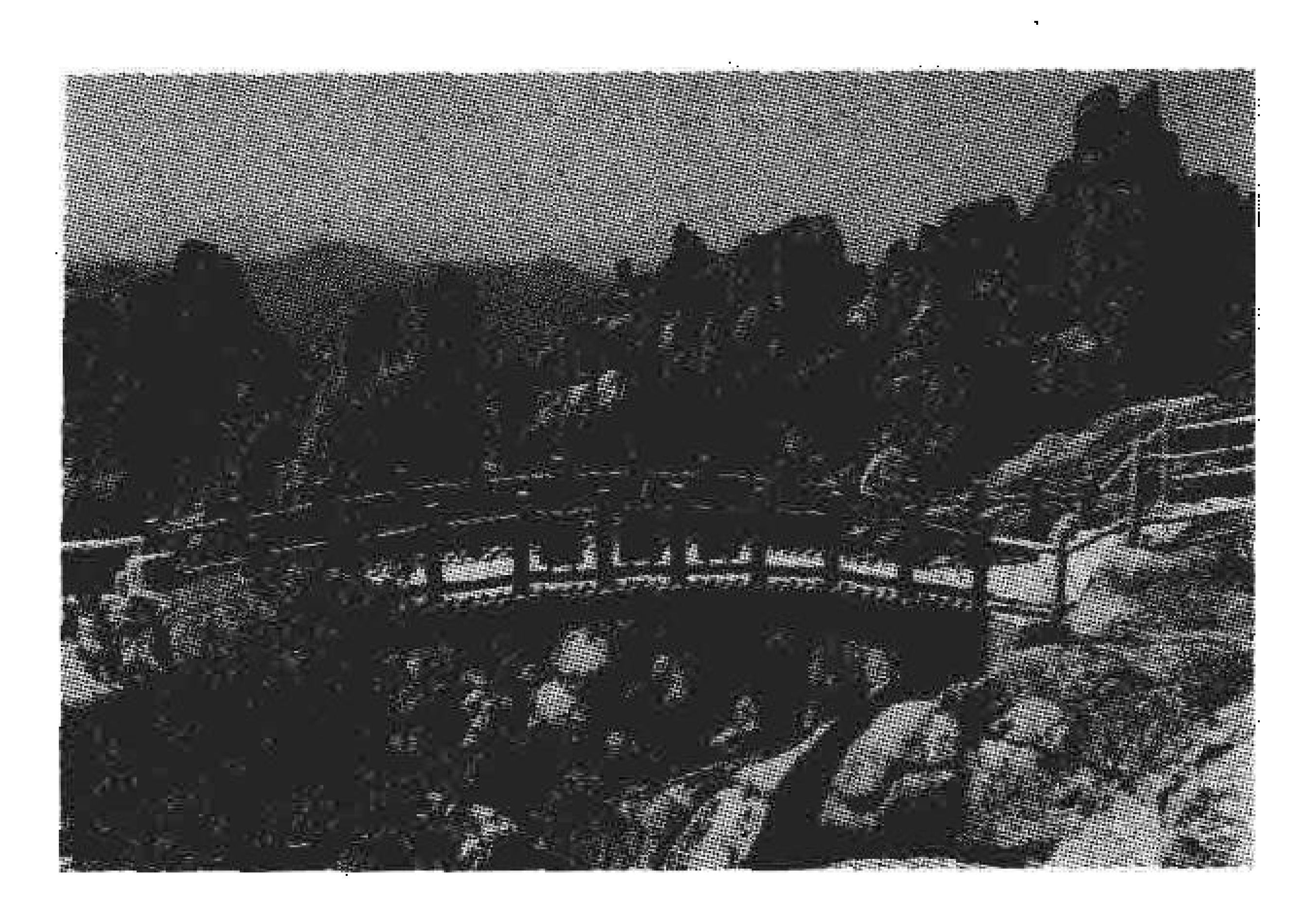
长岛（包括附近岛屿）虽小，却有万年历史的古文化渊源。有珍珠门的旧石器遗存，大黑山北庄古遗址。该遗址是我国东部沿海目前发掘出的唯一大村落遗址。它相当于新石器时期西安半坡遗址，故有“东半坡”之称。长岛还有商周的青铜器、汉代漆器、唐代三彩、宋代瓷器以及明清文物，它纵贯万年历史的珍贵文化遗产，可以说是全国罕见的文物岛。

成山头，也因秦始皇两度登临而出名。它位于山东

半岛最东端，亦称成三角。秦始皇到此，以为到了天尽头，命丞相李斯刻“天尽头”碑，如今只留下碑座，而成为疑案。成山头南面海上，有一组峭拔峥嵘的礁石，相传是秦始皇求仙时，因触怒海神而未建成的“桥墩”，人称“秦桥遗迹”。在观赏礁石海涛之余，让人领略求仙的荒唐。

（二）崂山

位于青岛以东的崂山，海拔1 133米，是山东半岛的最高峰。崂山是一座造型非常丰富的花岗岩山岳，是素以山、海、林、泉兼美著称的“仙山”，又是著名的道教名山。道观遍布全山，其中以太平宫、太清宫和上清宫规模较大。太清宫北靠崂山顶，南向大海，周围有七峰环卫，环境优美，小气候优越，冬阻寒流，夏迎凉风，树常青，花常开，人常宜。因而，这里开发最早。现在有140间明清时建的宫观殿宇。太清宫的历史见证，还是那些有生命的文物——古树名木。三官殿前两株耐冬（即山茶花）一红一白，树龄已达700多年。相传蒲松龄《聊斋志异》中的《香玉》即取材于此花。



崂山风光

太平宫，西托重峦，东临大海，环境幽奇。宫殿深藏于奇峰巨石、松竹茂林之中。造型各异的巨大花岗石块是

构成该区景观的最大特色。宫前松石夹道，四周大于房屋的巨大石块错落布列，“疑是幻境”的摩崖石刻，正是此境此情的点化。

北九水是崂山奇观叠出的自然山水景区。因溪水九个曲折而得名，又分内外九水两支。九水，水水有景，其中以鱼鳞峡和潮音瀑为精。

对探求自然美者来说，崂顶和崂山头，都是很有魅力的。崂顶危峰耸峙，超然霄汉，十分雄伟，登顶一览，山海奇观尽收眼底。崂山东延支脉跌宕起伏，直奔沧海，入海处峭然一峰，传说八仙过海就是自此出海的。

（三）云台山

云台山位于连云港市郊，主峰玉女峰海拔625米，为江苏最高峰。云台山在淮海大平原上，绵延40多公里，山断而脉连，此起彼伏，如龙似蛟，奔向大海，气势壮观。

云台山古称郁山、苍梧山，是海上岛屿，素有“海上仙山”之称。苏东坡有诗赞曰：“郁郁苍梧海上山，蓬莱方丈有无间。”据史籍记载，清康熙四十年至五十年间，“海涨沙淤”使云台山遂与陆地相接。沧海桑田，云台山由海岛变成陆地，是因黄河决口夺淮河入海所带来的大量泥沙淤海成陆的。

云台山地处暖温带向亚热带过渡地区，动植物具有过渡性和多样性特点，植被良好，郁郁葱葱，使云台山充满生机与灵气。

云台山是我国著名的灵山，隋唐以来，山上修庙、建宫，香火盛旺。文人墨客渡海登山者不绝，留下了十分丰富的文化遗迹。现经重修的寺庙有三元宫、灵官殿、玉皇阁、阿育王塔、老君堂等。庙宇内的千年古银杏、八百年玉兰王等古树名木都是追踪庙宇历史的活文物。在唐宋明清众多的摩崖碑刻中，最为珍贵的是郁林观狮子崖上的唐隶和宋篆，是我国书法艺术史中的瑰宝。

值得指出的是，明文学家吴承恩曾多次登云台山。云台山胜景，山海奇观触发了他的灵感，借景构思，为《西游记》的创作、孙悟空的出世提供了不少神奇的场景。《西游记》问世以来，花果山（即南云台山）的名气大有胜过云台山之势。《西游记》中的人物、场景在花果山中因景而生，如“水帘洞”、“看门猴”、“唐僧崖”、“沙僧石”以及大大小小72洞穴都成了西游景点。这就叫源于自然又回归自然，从而又赋于自然景观以神奇的文化内涵。

孔望山和锦屏山与云台山不同，它本来就是陆上的山，却淀积了极为丰富的历史文化。1980年发现了1800年前的孔望山摩崖造像，因山就势，雕刻了100多尊大小不一的人像，专家们称之“九州第一窟”。

孔望山南面的锦屏山将军崖原始社会岩画，刻有人面、农作物、兽面及多种符号。石刻线条是用石器敲凿和磨制出来的。这一重大发现是我国迄今发现时代最早的岩画，被誉为“东方天书”。

二 东海名山

（一）普陀山

普陀山是舟山群岛中一座花岗岩构成的岛山，面积12.5平方公里，在海浪作用下形成了丰富的海蚀地貌，为优美的自然景观奠定了基础。山上植被繁茂，古木参天，更增添了海上仙山的意境。相传五代时日本僧人从五台山奉观音像归国，在普陀山遇风受阻，遂将观音像供奉于潮音洞附近的居民茅屋，取名“不肯去观音院”。此后香火旺盛，明清时曾达到“五百丛林，三千僧众”之规模，成为我国四大佛教名山之一。普陀山供奉观音菩萨的道场，成为闻名海内外的“海天佛国”。

这个佛国，经历了千余年的曲折历史，创造了丰富的佛教文化。现在全山仍以三大寺为中心，通过主次香道联系着50余座庵堂及10多座茅棚，构成很有特色的庙宇体系。普济寺，位于梅岭山东麓，三面环山，东通大海，规模宏大，始建于宋，有殿、阁、堂庑200多间，为山中供奉观音大士之主刹。法雨寺坐落在雄伟的光熙峰下，掩映在古樟林中，全寺有200多间殿、宇、楼、阁，为明代所建。慧济寺，又名佛顶山寺，建于山顶凹地之中，藏于古木异卉之间，大有“深山藏古寺”的意境。其他寺庵、茅舍则

洒落在山山岭岭之间，茂林古木之中，构筑自然，有如天造地设之妙。

普陀山海拔285米，虽不高，但起伏跌宕，海岸曲折，花岗岩造型丰富，构成许多耐人寻味的景观。如“黄如金屑软如苔”的千步沙、百步沙海滩，观海上日出佳境——“朝阳涌日”的朝阳洞，听潮水音韵的“潮音洞”，石峰插海的南天门以及盘陀石、师石等奇特景观。

（二）嵊泗列岛

舟山群岛北部的嵊泗列岛，位于长江口，离上海70多公里。

嵊泗列岛是天台山脉东北延伸沉陷入海形成的。在9 000余平方公里的浩瀚海域，洒落着160多座岛屿和200多个礁岩，有“海上仙山”之称。在碧海蓝天中，奇特壮丽的礁石、翠绿的岛屿、陡岸的绝壁与广阔洁净的海滩，加上海帆巨轮竞发，一派山海美景。

嵊泗列岛多为花岗岩体，风化浪蚀，岛屿形态各异，奇峰、怪石、佳礁众多。这里有陡岸绝壁，如嵊山岛的东面有千余米的岸线，为临海拔起的绝壁悬崖，高度在60～70米，最高有80多米，急浪拍岸，涛声如雷，极为壮观。这里还有宽广的海滩，宽300米以上的优质沙滩计近20处，面积达120万平方米。其中，以泗礁岛的基湖、南长涂沙滩为最，沙细滩宽，坡度平缓，是理想的海滨浴场。

嵊泗是舟山群岛的中心渔场，渔港景色与渔村风貌交

织成一幅如诗的海岛风情画面。

（三）台湾名山

台湾是我国最大的岛屿，面积35 989.76平方公里。台湾山高坡陡，雄伟壮丽，海拔超过3 000米的山峰有200多座，最高峰玉山峰达3 997米，为我国东半部最高峰。

台湾纬度比较低，地形高差大，山地气候和植被都有明显的垂直差异，植被类型复杂多样，因而山岳自然景观极丰富多彩。其中阿里山、日月潭、玉山、清水断崖、大屯火山群尤具风采。

阿里山是台湾岛上最西的一列山脉，主峰海拔2 905米，以云海壮观、日出奇观、擎天神木和艳丽樱花四景著称。台湾素有“亚洲天然植物园”之称，尤以阿里山的植被最为茂盛。从山麓到山顶，分布着热、温、寒三个带的植被。著名的树种有椰子、槟榔、榕树、相思、樟、楠、槠（zhū）、榉（jǔ）、栎（lì）等阔叶树及红桧、扁柏、冷杉、云杉、铁杉和五针松等针叶树。在这绿色的海洋里，微风吹拂，千枝婆娑，声如琴瑟。大风劲吹，林涛巨浪声如雷鸣，岩壑之间回音振荡，声闻数十里，即为阿里山万顷林涛。在阿里山的林海中，那株顶天立地的“神木”最为瞩目。“神木”近地面的干围达20多米，高50多米。据考证，树龄已有3000多年，被誉为“亚洲树王”。阿里山的云海为“台湾八景”之一，云海日出、晚霞落日都是阿里山的迷人景观。山上还有高山植物园和高山博物馆。

阿里山以北，南投县境内，有著名的日月潭。它是台湾岛上最大的天然湖泊，由玉山和阿里山间的断裂盆地积水而成。水面海拔 736 米，湖面 7.7 平方公里，临潭四周群山环抱，树木葱郁，山峦重叠，幽邃无比。潭畔山麓建有许多亭台楼阁，龙湖阁、涵碧楼，清幽素雅，为观赏湖光山色的佳处。在环潭的幽谷丛林中，还有不少寺庙古塔，以潭南青龙山麓的玄奘寺和潭北山腰的文武庙最为著名。



日月潭

玉山处于阿里山与中央山脉之间，主峰3 997 米，为台湾第一高峰，常年积雪，远望如玉。主峰亭亭玉立，高居群峰之上，东、西、南、北四峰环绕拱卫。冬季群峰素裹，山岭银装，与山间苍郁的森林相辉映，更为壮丽。玉山积雪为台湾著名的八景之一。

台湾的东海岸为断层岸线，除小片冲积平原外，岸线基本上都是较直的悬崖峭壁。断层崖直逼大海，其中清水断崖，千仞绝壁，为世界奇观。崖壁高达 1 500 米以上，岸坡极陡，一二海里外，水深可达 500 ~ 600 米。30 海里外，便是深4 000 ~ 4 500 米的太平洋盆底。断崖观海，俯瞰崖下波涛汹涌，浪花飞溅，极为壮观。远眺太平洋，水天一色，空阔无边。

清水断崖以南，是闻名世界的太鲁阁大理石峡谷景观。这是400万年前，欧亚大陆板块与菲律滨海洋板块互相碰撞，使台湾地层剧烈上升，而雨水充沛的立雾溪水不断下切太鲁阁古老的大理岩层，造成深峡绝壁。板块的碰撞是复杂的地壳变动过程，天长地久，形成高山、峡谷、断崖、飞瀑、溪流等宏观景象。在峡谷中，还可看到地层的复杂变动和外力风化作用，造成大理岩层层理、色彩、线条、形态、块体的变化，构成层出不穷的微观景象。太鲁阁的复杂地形和气候为生物多样性创造了物质基础。从溪口的海拔0米，到山顶3 740米，垂直分布着亚热带、暖温带、冷温带、亚寒带和寒带等植物带。植物有1 100多种，其中珍稀植物57种，清水圆柏、南湖杜鹃、太鲁阁栎等具有较高的科研价值。

这里还栖息着许多台湾特有的动物，如蓝腹鹇（xián）、台湾蓝鹊、山椒鱼、樱花钩吻鲑鱼、雪山草蜥等，均有很高的科研价值。此外，猕猴、台湾黑熊、长鬃山羊以及100多种蝴蝶不时出现在溪谷的山崖上，显示出自然生态的协调与完整。立雾溪口的史前遗址和合欢越岭古道，还可追踪古代文明。

台湾岛南北两端，各有独特景观。南端的垦丁热带海岸景观和北端的阳明山火山群景观，各具特色。垦丁恒春半岛，地形复杂，有优质的沙滩海岸、裙状珊瑚礁、岩石海岸、孤峰、河流、湖泊等景观。海水温度在20℃～30℃，水质清澈，拥有种类繁多的热带海洋生物。

北端阳明山有大屯火山群，由16座火山锥组成。大屯火山居于群山之中，海拔1 000多米，顶上呈漏斗状的喷火口，直径360米，深60米。七星山海拔1 190米，顶上有七座小峰，亭亭玉立如七仙女，而得名七女峰。它是火山群中最年轻的火山，还不断喷发出硫气烟雾。大屯火山群，温泉遍布，其中以阳明山和北投两地温泉最为有名，是台湾最佳的避暑胜地。

（四）太姥山

太姥山三面临海，传说东海诸仙每岁在此聚会，故有“海上仙都”之称。它崛起于福建福鼎县东海之滨，主峰摩霄峰海拔1 080米，巍峨壮观。太姥山为花岗岩山体，垂直节理与构造断裂非常发育，经重力崩塌、球状风化和海蚀作用，形成极为丰富的造型地貌。罕见的花岗岩峰林景观，“峰峰插霄汉，面面青芙蓉”，令人惊叹。有大量神奇的高品位造型石，真所谓“太姥无俗石，个个皆神工。随人意所识，万象在胸中”。如“仙人锯板”、“和尚讲经”、“金猫扑鼠”、“夫妻峰”等，惟妙惟肖，令人目不暇接。峰峦中一系列“走廊式裂隙岩洞”，也是花岗岩山地中所少见的。据调查，洞穴有百余个。

太姥山形体宏大，山石奇险，与海上岛屿、渔帆相映生辉，每至雾起，更富“仙意”。从古老的传说到唐宋以来所修建的宫观庙宇和摩崖石刻，注入了丰富的历史文化内容，使太姥山具有很高的文化品味。

（五）海坛奇观

海坛位于福建省平潭县海域中，它东临台湾海峡，是海峡两岸最近的地方。它远望平如坛，故名海坛。平潭县有千礁百屿之称，有山、海、岛、礁、石构成变化无穷的景观资源，其中尤以“海坛天神”、“丰泽石帆”最具特色。还有优质的沙滩给人以无尽的享受。

“海坛天神”酷似一位仰卧碧海波涛之上的男神。体长330米，胸宽150米，通体为白色花岗岩构成。它的头、耳、颈、胸、腹、手的比例适中，腹下的男性特征，亦很形象。相传，这位“天神”是过去海峡两岸渔民传宗接代的图腾崇拜物。今天看来，这“天神”是一块“巨型球柱状花岗岩风化体”，是大自然的“圆雕”杰作。造化之奇，令人叹服。



双帆石

“丰泽石帆”亦称“双帆石”，一高一低，高者30米，低者19米，俨然如双帆之舟，航行于碧海蓝天之间。这对石帆，也是花岗岩垂直节理和球状风化的“杰作”，是我国迄今发现的最大花岗岩海蚀柱。

在双石帆及其他岛屿上，花岗岩球状风化形成的石蛋地形，圆浑质朴，耐人寻味。

海坛景观，不但有罕见的海石奇观，而且有规模很大的海滨沙滩。整个群岛有40个优质沙滩，总长度有70公里，可以容纳大量的游客。

（六）万石山与鼓浪屿

万石山在厦门东郊，鼓浪屿与厦门隔海相望。这两座花岗岩丘陵，满布着裸露的球状石块以及经海蚀作用而形成的丰富的造型地貌，构成种种以石为主的景观。人们以自己特有的审美观，利用摩崖石刻，赋顽石以文化艺术生命。如坐落在万石丛中的万古莲寺岩顶题刻“万笏朝天”，岩下幽壑流泉间，刻有“小桃源”。太平岩一裂石如口，旁题“石笑”。又如鼓浪屿最高峰日光岩，为明末清初郑成功操练水师的地方。山上有“光复台”、“闽海雄风”、“与日争光”等气壮山河的题词。在天界寺天界峰下的长啸洞壁上，刻有明万历年间平倭将领的题诗：“偏师春尽渡澎湖，圣主初分海外符，鼙鼓数声雷乍发，舳舻（zhú lú）百尺浪平铺；争传日下妖气恶，那管天边逆旅孤，为道凯歌宜早唱，江南五月有莼（chún）鲈。”显示了爱国官兵保卫祖国海疆、同仇敌忾的决心。

解放后建立的厦门解放纪念碑上，镌有陈毅的“先烈雄风永镇海疆”题词，使壮志与名山共存。

随着厦门城市的扩大与发展，鼓浪屿风景区逐渐被高楼所包围，形成了城市公园，自然风光渐渐失去，颇为可惜。

三　南海名山

海南岛面积34 380平方公里，仅次于台湾，为我国第二大岛。海南岛的地形中央高，四周低，水系呈放射状。地貌形态如偏心东南的三层环台垒成。中央高台为海拔500米以上山地，是我国最南的山地，千峰竞秀，万壑争流；二层环台为海拔500~100米的丘陵，蜿蜒起伏，如波似浪；三层环台则为海拔100米以下的台地和平原。沃野平畴，椰林村寨；四周为环海滩岸，海天一色。

海南属热带季风气候，长夏无冬，雨量充沛，植被茂密，常年有花，四季结果，素有“绿色宝岛”和“热带植物园”之称。草木繁茂，清泉与碧海相连，构成独特景观。其中最有代表性的有海南“屋脊”五指山，绿色宝库尖峰岭，热带海滨三亚的天涯海角和亚龙湾，以及文昌东郊的椰林村寨。

五指山，是海南岛最高峰，海拔1 867米，有海南“屋脊”之称。它凌驾于众丘陵之上，大有拔地之势，景观雄伟。从其西南麓看山，形如卧狮雄视长空，而在南面观峰，则五峰插天，形如五指。

五指山下生活着能歌善舞的黎族同胞，每逢节日，他们聚集在风景优美的雅缤进行富有诗意的歌舞活动。登山往往也从雅缤开始。五指山自海拔700多米便进入原始森

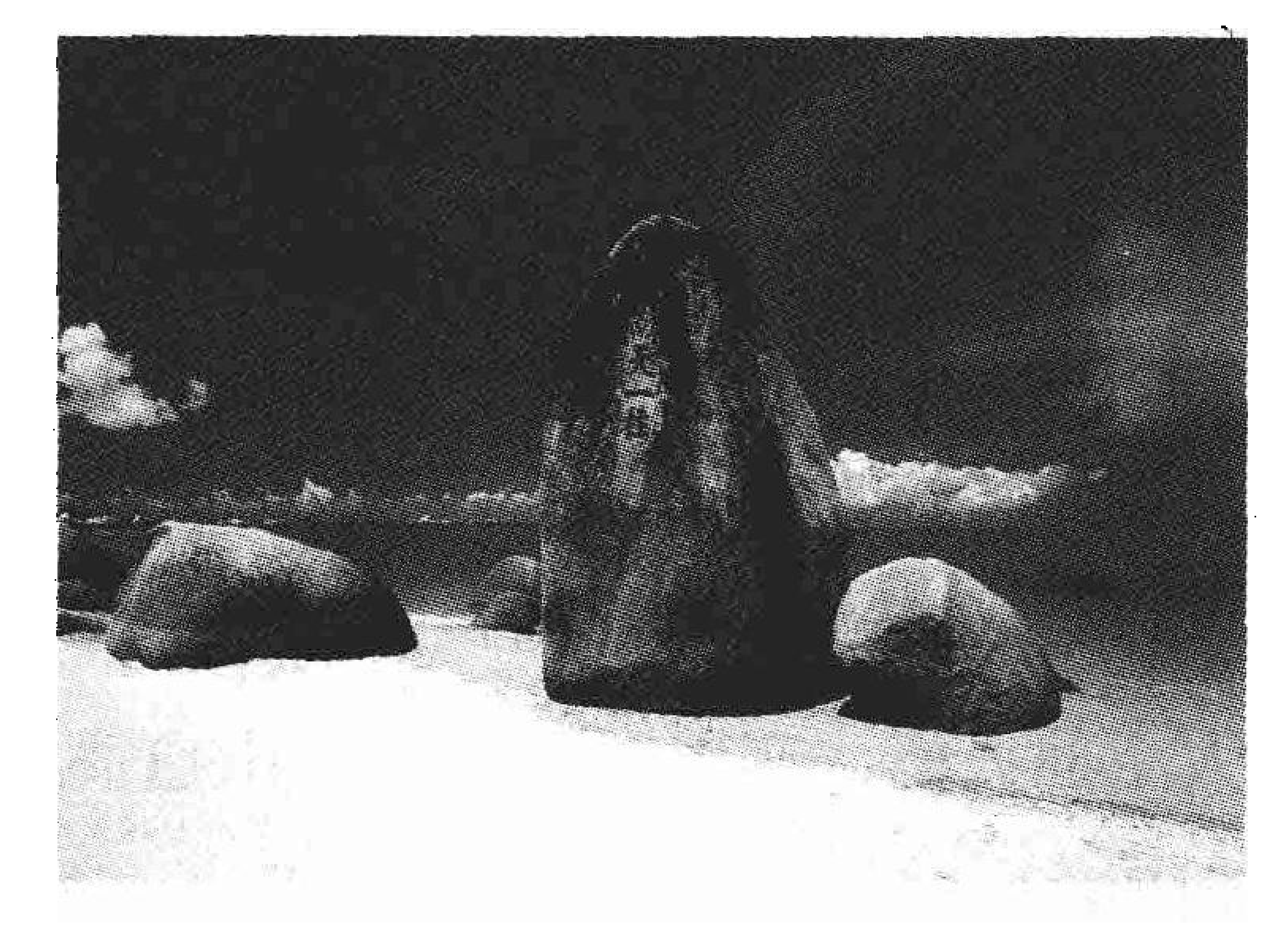
林，遮天蔽日，植被有四五层之多。高大树木胸径在1米左右，高达40～50米，巨大的木质藤本，径在10～20厘米，穿绕于大树之间，长可达20～30米。山脊上的步行小道，完全由密集的树根交叉“编织”，青苔“铺垫”而成。山坡陡峻，却不露寸土。

山愈高，坡愈陡，花岗岩特有的峭壁悬崖，不时出现，需攀藤扶树而上。悬崖古松和攀崖藤萝所构成的景观，给人以强烈的灵异感。由巨大的花岗岩倒石柱架绝壑而成的大小仙人桥，亦属罕见之景。山愈高，树愈矮小，愈奇古，到顶峰，树不及人高。在云雾中，俯视时隐时现的群峰，如入天国之境。

尖峰岭，海拔1 411米，是我国典型的热带雨林，也是保存着完整热带生态系统的自然保护区之一。森林中，可以看到板根、绞杀植物、木质藤本和老茎生花等热带雨林特有景观。区内维管束植物1 500种以上，其中有16种国家重点保护植物，如海南紫荆木、香楠、黄檀、海南粗榧等。林中栖息着许多珍贵动物，如黑冠长臂猿、孔雀、雉、猕猴、云豹、原鸡、白鹇等。其中最珍贵的国家一类保护动物，是四大类人猿之一的黑冠长臂猿。

三亚海滨包括天涯海角、三亚湾、鹿回头和亚龙湾等，都在三亚市域内。三亚年平均温度25.4℃，为典型的热带海滨风景区。这些海湾沙滩都是三面青山，怀抱碧海，面朝无际的南海，但又各具特色。天涯海角规模虽不大，但岸、滩、水之间有巨大浑圆的花岗岩石或立、或卧、或聚、

或散，错落有致地展布成章。背有青山，岸有椰林，前临无际海天。美景感人，触发世人遐思畅想，于是勒字于石“南天一柱”、“天涯”、“海角”等，极富诗情画意，是观赏审美的理想场所。三亚湾位于三亚市区，其海滨沙滩成为城市的风光带，是观光度假的好地方。而亚龙湾滩宽湾长，腹地大，容量大，沙细柔软，海水澄碧。不但景色秀丽，而且是品位极高的热带海滨沙滩，是享受海滩、阳光和空气的理想去处。



海南岛南天一柱

鹿回头在天涯海角之东，是五指山的余脉。相传很久以前，此地荒无人烟。五指山有一个勇敢英俊的年轻猎手，追赶一只花鹿到了最南端的山岭上。花鹿面对万顷碧波，无路可寻，只好回头凝望着引弓欲放的猎手。猎手一见回头的花鹿，不觉心软弓落。花鹿竟变成了一个美丽的姑娘，好心的猎手和她结为夫妻，居住在这美丽的椰林深处。以后逐渐发展成为一个村庄——椰庄，该山岭得名为鹿回头。

椰林村寨，是海南具有代表性的景观。它位于海南文昌县东郊海滨平原。土地平旷，视线内不见山岭。沿岸为沙质海滩，岸线圆曲自然。深绿色的椰林、黄白色的沙滩和碧蓝的海水平行成带，伸向天际。椰林茂密而高大，果

实累累。椰林深处隐约有村寨，村寨如密林中的天井，可见天日。此外，露天者就是池塘和田园。文昌东郊的椰林旅游街是很有特色的，竹木结构的店铺，陈列着丰富多彩的由椰子加工成的食品和饮料、琳琅满目的椰雕工艺品，色彩斑斓的海贝和珊瑚，以及品尝山珍海味的餐馆酒楼等等，都在无尽的椰林之中。观光之余，还可领略这些正在发展中的椰海文化。

南海诸岛素有“南海明珠”之称。这些珊瑚礁岛屿，好像天女散花洒落在碧海之上的花朵和花环，令人神往。这些岛屿与众不同，无论东沙、西沙、中沙和南沙群岛，基本上都是由珊瑚礁构成的。珊瑚礁只有在热带海洋水温18℃以上、透明度高、透光性强并有基岩等条件下才能形成。它主要由造礁石珊瑚所分泌的石灰质外壳构成，色彩丰富，形态各异，如玉树琼枝。尤其在水下，更显华丽。由于珊瑚礁发育及波浪作用的程度差异，有暗沙、沙洲、岛礁和岛屿之分。一般岛屿，如西沙群岛的永兴岛、东岛都生长着繁茂的热带植被，栖息着各种鸟类及生物，海中生活着热带海洋特有的鱼、虾、蟹、贝、龟、草、藻等海生动植物，组成一个充满生机的热带生物乐园。明丽洁净的热带海洋是科研和旅游的佳境。

南海古称涨海，三国时代的康泰在他的《扶南记》中，比较科学、准确地记述了南海珊瑚礁的形态及其成因。他说：“涨海中倒珊瑚洲，洲底有盘石，珊瑚生其上也。”足见其观察研究之深入。近年来，西沙群岛的北礁上发现南

朝人留下的青釉陶器，甘泉岛上发掘出了唐宋居民的遗址，出土大量陶瓷和铁器。在清康熙《皇清各直省分图》和嘉庆《大清一统天下图》中，以及20世纪初清末所立的碑，都可以看到祖国这块神圣领土的悠久历史。

第七章

千姿百态的大川

在古代中原人看来，四渎是天下之大川。所谓四渎，即指四条大河——黄河、长江、淮河和济水。随着历史的发展，地理视野的扩大，人与自然精神关系的发展，大川的概念也像名山一样，有全国性的大川和地区性的大川，因而大川亦往往泛指相对较大、景观优美的江、河，而不仅仅从河流长度和流量等指标来衡量其大小。具体到每条河流，又往往选择不同河段的典型景观供人游览观赏，借以领略其风采。如神秘的河源景观，湍急的峡谷景观，宽广的原野江流，峥嵘的岛礁景观以及波澜壮阔的河湖、江海汇流景观等。通过这些江河节点来反映大川的特色与形象。以下我们将从这种角度简要介绍我国千姿百态的大川景观。

江河景观与气候、地形和植被关系十分密切，河水的大小、盈枯决定于气候，江河的流向缓急取决于地形，而流水的混浊、清澈则与植被的好坏联系在一起。反之，水是一切生命的根源，有了水可恢复植被，也能影响小气候，而流水也不断地改变着地形，只不过是时间长短罢了。

我国的河流水系，分两大部分，一部分为流入海洋的外流流域，另一部分是注入内陆湖、沼的内陆流域。许多大江大河都是发源于世界屋脊，奔向三洋四海。如发源于青藏高原注入渤海的黄河、注入东海的长江及注入南海的

澜沧江，都归太平洋。流向印度洋孟加拉湾的有印度河、雅鲁藏布江和怒江。发源于新疆阿尔泰山的额尔齐斯河则流向北冰洋的喀拉海。

现在看来，我国最大的四条河流，是长江、黄河、黑龙江和珠江，而不是四渎中的淮河和济水。

一　东流入海的著名大川

（一）长江

长江发源于青海唐古拉山脉主峰各拉丹冬雪山。流经青、藏、云、川、鄂、湘、赣、皖、苏、沪 10 个省市自治区，注入东海流向太平洋。长江横贯祖国中部，长达 6 380 公里，为我国第一大河。它仅次于南美洲的亚马逊河和非洲的尼罗河，为世界第三大河。

长江接纳了 700 多条支流，支中又有支，千支万支有如日夜跳动的脉络牵动着山山岭岭和茫茫大地，形成 180 万平方公里生机勃勃的长江流域。它两倍半于黄河流域，占我国陆地面积的 1/5。在它的怀抱里，蕴藏着极为丰富的资源，哺育着 1/3 的中国人。

解放后，大量的考古发现证明，不仅早在 170 万年前就有元谋人生活在金沙江畔，而且“长江中下游地区也是中华新石器文化的重要起源区”。数千年来，勤劳的炎黄子

孙，使长江流域成为鱼米之乡和中国经济中心区域。因此，长江流域也和黄河流域一样都是中华民族的摇篮。

寻根溯源，各拉丹冬雪山西南侧海拔6 548米的姜根迪如雪山的冰川融水是万里长江之源。冰川的末端冰舌部分是一片绚丽的冰塔林，形形色色的冰塔，如箭、如矛、如塔、如柱、如笋、如蘑菇、如城垒、如拱桥，无不晶莹洁净，一尘不染。尤其是冰洞，如玲珑剔透的水晶宫，令人叹为观止。长江从这奇异的神话般的世界出发，开始了万里之遥的旅程。

长江源流称沱沱河，与支流当曲河汇合后称通天河，流淌于唐古拉山脉和巴颜喀拉山脉之间，海拔4 500米左右广阔平缓的高原上。曲流发育，水系纷繁如群龙悠游，潇洒飘逸。从青海的玉树开始，海拔急剧下降，逐渐向南进入横断山脉，穿山切谷，奔腾咆哮，势不可挡，即为金沙江。与金沙江齐头并进的还有澜沧江和怒江，地理上称为“三江并流”，气势异常壮观。它直到云南石鼓稍有停息而掉头北转，出现了万里长江第一湾。这里河谷较宽，流水较缓。江边的石鼓镇有一块像鼓一样的汉白玉碑，相传当年诸葛亮南征时曾在此擂鼓助战。在石鼓亭上观江山景色极为壮丽。

金沙江过石鼓就奔入世界著名的虎跳峡。峡东岸是海拔5 596米的玉龙雪山，西为海拔5 396米的哈巴雪山，两岸悬崖陡壁，俨如刀削，谷深达2 500 ~3 000米，比美国科罗拉多大峡谷（深为1 800米）还要深1 000多米。虎跳峡

上峡口海拔1 800米，下峡口1 630米，16公里落差170余米。最狭处，江面宽仅30米，相传老虎可以跳过去，故名虎跳峡。仰观雪山对峙，银光闪闪，俯瞰金沙一线，水击云崖声传数里，欲看高山深谷之奇观，天下莫过于此了。

金沙江绕过玉龙雪山南下，受鸡足山之阻而折向东，在云贵高原北部崇山峻岭中曲折迂回，奔腾前进。到四川宜宾与岷江汇合，而成浩浩荡荡的长江。



二王庙

岷江是长江上游水量最大的支流，年平均水量比黄河还多一倍。所以在古代，不少学者误以为岷江是长江的正源。岷江出岷山口的都江堰，是2200多年前创建的具有高度科学性的水利工程，一直使用到现在，这是世界水利工程史上的伟大创造。后人为了纪念领导这项工程的李冰父子，修建了二王庙。古老的工程、巍峨的庙宇和雄伟壮丽的岷山岷水，构成一曲天人交响乐。

长江在四川盆地经历一段较为平静的旅程，到重庆与嘉陵江汇合后，又进入峡谷地带。其中有世界上最壮丽的长江三峡。三峡是瞿塘峡、巫峡和西陵峡的总称，西起四川奉节的白帝城，东至湖北宜昌的南津关，全长200多公里，最大切割深度达1 500米。

“朝辞白帝彩云间，千里江陵一日还。两岸猿声啼不住，轻舟已过万重山。”这是诗人李白对飞舟游览三峡动态

美景的绝妙写照。白帝城是瞿塘峡起点，下至黛溪镇共 8 公里，两岸石灰岩山峰如削，高达海拔 1 000 ~ 1 500 米，江面最狭窄处不过百米，岩壁直立，对峙如门，故又有夔门之称。“众水会涪万，瞿塘争一门”、“峰与天关接，舟从地窟行”，都是描绘夔门之雄险。飞舟过峡，江涛翻滚，景观惊险已极，令人惊心动魄。三国“刘备托孤”的白帝城，就在这里。它“上倚绝壁，下临断岩”，形势极险要，为自古兵家必争之地。

巫峡，西起巫山大宁河，东到巴东官渡口，长 45 公里，多为石灰岩，由于长江流向与岩层走向斜交，江流曲折，峰峦参差，形成著名的巫峡 12 峰和峡中峡的壮丽景观。“石出疑无路，云升别有天”，便是巫峡奇景。巫峡江面 500 ~ 600 米，较瞿塘峡宽，山峰高度 1 000 ~ 1 300 米，略低于瞿塘峡，但两岸奇峰迭出，峭壁峥嵘，充满诗情画意。其中以神女峰最为俏丽动人。神女峰传说历史悠久。战国楚辞赋家宋玉的《神女赋》和《高唐赋》中都提到楚襄王与神女幽会的故事，民间亦有西王母幼女瑶姬下凡的传说等。这些都成为后世文人雅士慕名而来、歌咏而传、越传越神的景观。其中唐代诗人刘禹锡的诗尤为传神：“巫山十二郁苍苍，片石亭亭号女郎。晓雾乍开疑卷幔，山花欲谢似残妆。星河好夜闻清珮，云雨归时带异香。何事神仙九天上，人间来就楚襄王。”

其实，神女峰是巫山上一片奇石，千百年来多情的人们为她注入了丰富多彩的文化灵魂，使她深深地吸引着古

往今来的过峡人。过了巫峡，江面开阔视野舒展，是有名的香溪宽谷。地灵人杰，这里出过两位传颂千古的名人，一是我国文学史上第一位伟大诗人屈原，一是远嫁塞外，和亲匈奴的王昭君。香溪，山青水秀，花艳树茂，传说动人。

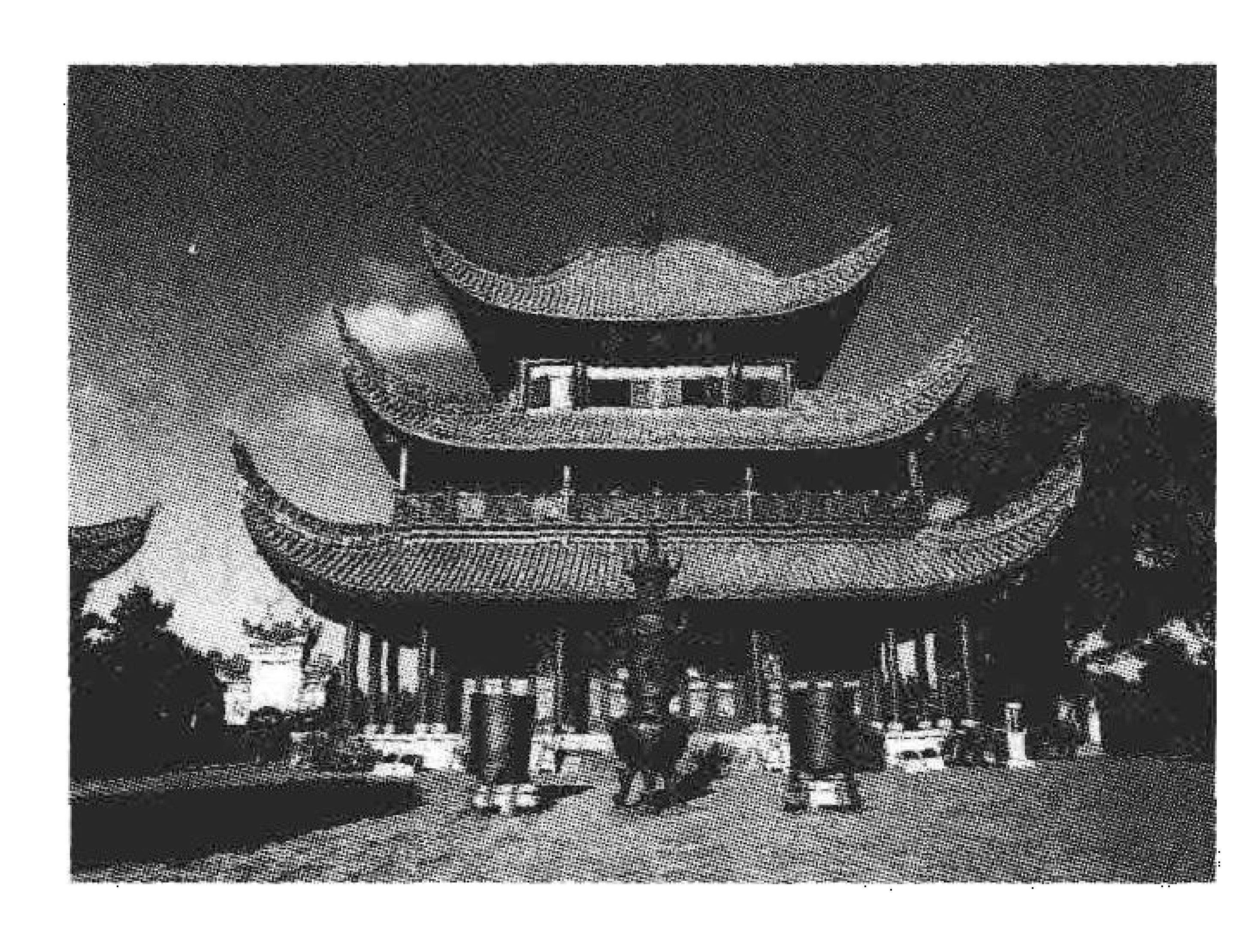
西陵峡不仅是三峡而且也是万里长江的最后一段峡谷了。从巴东官渡口至宜昌的南津关，长达66公里。滩多，流急，两岸为岩溶化的山地，造型地貌非常丰富，尤以西段的兵书宝剑峡和东段的牛肝马肺峡引人注目。两岸的黄陵庙、三游洞、陆游泉等古迹闪耀着文化光彩。至于“十丈悬流万堆雪，惊天如看广陵涛”的险滩急流，由于修了葛洲坝，提高了水位而安然无恙了。

经历了200多公里的长江三峡，自白帝城至南津关，狭谷与宽谷相间而出，急流与险滩交替涌来，经历三收三放，出南津关，则豁然开朗谓之大放，真是“极目楚天舒”，游目天地外。这种强烈的节奏感和奔腾不息的力量，不仅给人以极大的美的享受，还给人以勇气、胆识和豪情。

出南津关三公里，一坝横拦长江，这便是万里长江第一坝——葛洲坝，它是一项综合利用长江水资源的工程，包括发电、航运、泄洪、灌溉等综合效益。它提高坝上水位20米，回水100多公里，有效地改善了三峡航道。

葛洲坝以下，长江开始中游旅程。流速很快的三峡江水，一进入平原毫无阻挡，便自由回荡，形成“九曲回肠”的荆州地区。荆州地区的江陵，是古代楚国政治、经济、文

化中心，有大量文物古迹。江陵之南就是烟波浩淼的洞庭湖。“八百里洞庭”，集湖南的湘、资、沅、澧四大水系于一湖，然后汇入长江。洞庭湖古称云梦泽。湖滨有历史名城岳阳，城西高岸城头，有一座始建于唐代的名楼——岳阳楼。它与武昌的黄鹤楼和南昌的滕王阁合称江南三大名楼。“洞庭天下水”，“岳阳天下楼”，说明了湖与楼的影响。岳阳楼还因北宋文学家范仲淹的名篇《岳阳楼记》而名扬天下。“予观夫巴陵胜状，在洞庭一湖。衔远山，吞长江，浩浩荡荡，横无际涯，朝晖夕阴，气象万千。此则岳阳楼之大观也……”优美的文章概括了优美的洞庭景色，景与文相映生辉。登此楼“八百里洞庭今入眼，五千年历史再从头”，览今思古，心旷神怡，激启心志，豪情满怀。从岳阳楼西望湖中君山，宛如“白银盘里一青螺”。这是一座风景幽美充满神话色彩的“仙山”，令人神往，更使人遐想。



岳阳楼

登岳阳楼观洞庭湖以静景取胜，而登武昌黄鹤楼观长江，则以动景见长。李白曾在此送别友人，留下千古绝唱：“故人西辞黄鹤楼，烟花三月下扬州；孤帆远影碧空尽，唯见长江天际流。”武昌为武汉“三镇”之一，位当汉水与长江交汇的三角地带，相对有利的交通地理位置上发展起来

的。加之大江两岸又有龟蛇二山，无洪水之患，便成“九省通衢”的交通枢纽。因此，自古以来代复一代的四方过客，无不登楼览胜，激扬文字。“文因景成，景借文传”，黄鹤楼屡次遭毁而又屡以复兴。黄鹤楼始建于三国吴黄武二年（223），楼凌黄鹄山之巅，“控龟蛇对峙，扼江汉合流”，揽三镇风光，故有天下第一名楼的美誉。围绕黄鹤楼，历代文人颂吟不绝，留下名诗千首，雄文百篇，它好比一股清澈莹晶的文化玉泉与长江一样万古长流。1986 年重建的黄鹤楼高达 51 米，飞峙于蛇山之上，“气吞云梦”，不仅揽三镇风光，长江大桥，江轮上下，而且观三楚风云，迎五洲宾客。登楼头，极目环宇，吟毛泽东词《菩萨蛮·黄鹤楼》，不免心潮起伏，“茫茫九派流中国，沉沉一线穿南北。烟雨莽苍苍，龟蛇锁大江。黄鹤知何去？剩有游人处。把酒酹滔滔，心潮逐浪高！”

长江在武汉上下游，还有两处与波澜壮阔的长江相映生辉的胜迹——文、武赤壁。上游蒲圻的赤壁，一般认为是三国赤壁之战的古战场，而下游黄州的赤壁是因苏东坡的《赤壁赋》而扬名，故称文赤壁。文武赤壁都是红色砂砾岩构成的临江山崖，景观相似，而《赤壁赋》“大江东去，浪淘尽，千古风流人物”、“惊涛拍岸，卷起千堆雪”的壮观画面，两处赤壁又何尝不是如此！

江南三名楼之一的滕王阁，亦于 1989 年重建而成。它临长江支流赣江之滨，南昌城边，当夕阳晚霞，依然可得唐诗人王勃《滕王阁序》名句“落霞与孤鹜齐飞，秋水共

长天一色”及赣江彼岸“层峦耸翠”、“山原旷其盈视”的优美风光。

鄱阳湖入长江处西有高大的庐山，东有小巧的石钟山，湖中有大孤山（又名鞋山），江中有小孤山，构成浩瀚而秀丽的湖光山色。石钟山虽小，但它控扼江湖，又因苏东坡名篇《石钟山记》而出了大名。登山一览江天，令人心旷神怡。

江湖合流以下便是长江下游，两岸平原与丘陵相间，山青水秀，不时有丘山临江、矶石穿空，而为大江增添姿色，如安徽当涂的东梁山与和县的西梁山相对如门而并称天门，李白有诗咏道：“天门中断楚江开，碧水东流至此回。两岸青山相对出，孤帆一片日边来。”就是这一带江山景观最好写照。马鞍山市的采石矶、南京的钟山、燕子矶、镇江三山等都构成长江下游景观的景点。

南京北临滚滚长江，东据巍巍钟山，南有牛首山，西有清凉山，气势磅礴。市域内山丘隐伏，平原开阔，河湖展布，景色秀丽多姿。当年诸葛亮曾赞叹说：“钟山龙盘，石头虎踞，真乃帝王之宅也！”南京历六朝古都，当四代都城，“风景与文化交融，山川共古迹辉映”，是一座临大江融化在秀山丽水之中的城市。钟山是诸山之骨架，秦淮河是众水之脉络。

钟山并不高，海拔488米，山小江大，衬托了长江之浩瀚。钟山起伏多姿，支脉绵延，山水间留下许多风云沧桑的史迹，成为今天察古览今的历史文化博物馆。例如明长

城、明孝陵、栖霞寺、中山陵、雨花台、秦淮河、玄武湖等。对于领略大江雄姿来说，长江大桥是最理想的。长桥横跨大江南北，使这座山水城市更富有宏伟壮阔的时代特色。漫步桥头，观茫茫大江，览巍巍钟山，层楼插翠，江轮飞驶，一派“虎踞龙盘今胜昔，天翻地覆慨而慷”的壮丽景象，令人激奋不已。

南京下游不远有三座临江的名山，合称镇江三山，即北固山、金山和焦山。三山拔江而起，巍然屹立，雄视滚滚波涛，构成一幅波澜壮阔的山水画卷，被古人誉为“天下第一江山”。北固山陡峭险固，临江绝崖，山上有甘露寺，相传为三国刘备招亲的地方。金山巉岩陉石，因白蛇传中水漫金山寺的故事而带几分神秘感。焦山立于长江之中，如中流砥柱，高150米，因东汉焦光隐居山中而得名。山麓参天古木中，有规模宏大的定慧寺，珍藏着大量历代名碑和摩崖石刻，山顶有吸江楼，登楼临窗，观长江浩渺波涛，好像与游人的呼吸相应和，故名吸江楼。

镇江以下两岸为长江三角洲平原。河网密布，湖泊众多，尤以太湖平原为密。河多，船多，桥也多，形成水乡泽国鱼米之乡的景观。苏州是很有代表性的水乡城市，“君到姑苏见，人家尽枕河”。白居易写道：“绿浪东西南北水，红楼三百九十桥。”长江三角洲是长江流域最富饶的地区，而黄浦江又是长江最后，也是最富有的一条支流。上海就是近代在黄浦江畔发展起来的我国最大的城市。相对于古老的祖国历史，上海市区的陆地形成不过1000年，是很年

轻的陆地，作为城市的历史就更年轻了。黄浦江上游有湖泊调节，水量丰富，下有海潮顶托影响，河阔，水深，万吨轮船可终年进出，为上海的发展创造了物质基础。

黄浦江在吴淞口汇入长江，虽未入海，却是一片汪洋，水天一色。

伟大的长江，从世界屋脊的冰川融水，聚归途之千支万川，汇成浩浩巨流，穿山切谷，奔腾万里，来到东海，流向太平洋。长江不仅是祖国的动脉，也是联系五洲四海的纽带。

（二）黄河

黄河发源于青海巴颜喀拉山北麓的约古宗列盆地，流经九省区于山东垦利县注入渤海，全长 5 464 公里，为我国第二大河。它横贯中国北部大地，千百条支流伸向山山岭岭，形成 75. 24 万平方公里的流域面积，孕育了中华民族的古老文明，如今还养育着一亿多炎黄子孙。

"黄河之水天上来"是唐代大诗人李白形容黄河源远流长的诗句。实际上，黄河源头是巴颜喀拉山的支脉各姿各雅山麓的泉流，正是这里的涓涓细流开始了它那万里行程。黄河穿过星宿海、扎陵湖、鄂陵湖，弯弯曲曲地流淌在平坦开阔的高原草甸、湖沼之间。岛上群鸟栖集，珍贵的天鹅和黑颈鹤尤为突出，草地上还不时看见白唇鹿、香麝、旱獭等珍稀野生动物自由奔跑。每当夏天，到红军长征过的松潘草地，登上高高的唐克索宗寺，俯瞰花团锦簇、绿

草如茵的草地，可以游目九曲黄河第一弯的风姿。欣赏那洁白如练、飘落在绿地、蓝天、白云、帐篷、藏胞、牦牛和唐克马之间的河曲风光，真是天上仙境。如果说黄河之水从这个“天上”来，那是颇有诗意的。

黄河过了草地大拐弯，开始从第一级大台阶向下奔腾倾泻，出现了一系列著名的峡谷，从而进入了第二级大台阶的历史文化名城——兰州市。黄河峡谷蕴藏着丰富的水力资源，解放以来已经建成了龙羊峡、刘家峡、盐锅峡和八盘峡等大中型水力发电站。巨大的电流为祖国大西北建设输送了源源不断的能量。一座座水库，如蓝色的宝石镶嵌在金色的黄河上，为黄河增添了异彩。

黄河进入宁夏、内蒙古地段较为平缓，引黄灌溉形成著名的“三套”，即西套、后套和前套，被誉为“塞上江南”。西套素有“天下黄河富宁夏”的美誉。宁夏平原西挡戈壁飞沙，东临黄河，气候温和，土地肥沃，早在2000多年前，就开始引黄灌溉。现存的秦渠、汉渠和唐徕渠等大型渠道，充分显示了古代劳动人民的智慧。解放后随着青铜峡水库的建成，大大扩大并兴建了现代化的宁夏灌溉系统，使宁夏成了西北的一个大粮仓。

阴山南麓的内蒙古后套平原，早在战国时代的魏国和赵国就在这里屯垦，虽历代相继建设，至解放初，灌溉面积只有200多万亩。1960年，在巴彦高勒的黄河上建三盛公水利枢纽，形成较完整的排灌系统。现灌溉面积达580万亩，又一个“塞外明珠”鱼米之乡的景观出现在黄河之滨。

经过新兴钢城包头，在大青山和黄河之间又有一块著名的冲积平原——土默川，即前套。1500 年前敕勒族人斛律金的《敕勒歌》“敕勒川，阴山下，天似穹庐，笼盖四野。天苍苍，野茫茫，风吹草低见牛羊”就描写了这里优美的自然景观和发达的牧业图景。

黄河过了前套托克托县，便进入中游。它受阻于吕梁山急转南下，切开黄土高原，从海拔 900 多米的第二级台阶，经 725 公里的晋陕峡谷，直落到海拔 300 多米的中原大地。晋陕峡谷峭壁对峙，险滩相间，急流、漩涡层出不穷，景观奇险，惊心动魄。如“狮子拐”、“老牛碛”、壶口、孟门、龙门等。

壶口瀑布在陕西宜川和山西吉县之间，两岸陡峭，峡谷底宽约二三百米，至壶口骤然收束至三五十米宽，断崖跌落 20 多米，形成“源出昆仑衍大流，玉关九转一壶收”的壮丽景观。壶口集滔滔黄河水于一束，倾 20 米之断崖，奔腾喧嚣，金涛赤浪，轰雷惊谷，浓雾迷离，为天下奇观。



壶口瀑布

瀑布下游三公里便是孟门，因河中有石岛两座，河水分流，若蹬若门，岛上有摩崖石刻“卧镇狂流”，点出了孟

门意境。自孟门下60多公里便是龙门，由东龙门山与西梁山对峙相拥而成。两岸断崖凌空，绝壁屏立，谷中有石岛两座，分水三股，急流狂涛，怒击礁石，充分显示出黄河咆哮的汹涌势头。富于想像的祖先说大禹为了整治黄河，先凿壶口，次开孟门，再劈龙门而导河水下泄。围绕着这一古老的传说，产生了大量的神话故事和庙堂建筑，成为今天追思古昔凭吊祖先的遗迹。

黄河出龙门，便豁然开朗。其下，它东纳第二条大支流——汾河，西接第一条大支流——渭河。到潼关，南下的黄河因受阻于华山山地而急转东向，顺着中条山脉与崤山之间进入豫西峡谷。峡之西有“关门扼九州”，“飞马不能逾”的潼关，东有“崤函之固”的函谷关。函谷关北有大河之绝，南有崤山之险，是关中与中原地区交通孔道，也是数千年来兵家必争之地。如今陇海铁路横穿东西，昔日险关已成坦途。三门峡是豫西峡谷的最后一峡。因河中有鬼岛和神岛耸立，把河水分成三股夺门而流，故称三门峡。其下，又有石柱突兀河心，拔起水面20多米，任凭狂涛怒浪的冲击而岿然不动，这就是有名的“中流砥柱”。以“中流砥柱”为特色的三门峡壮丽景观使历代文人墨客为之倾倒，成为志士仁人激励心志的景观。唐太宗李世民曾为之题刻《砥柱山铭》：“仰临砥柱，北望龙门，茫茫禹迹，浩浩长春。”赞美了黄河的壮丽图景。

今天，一条大坝横卧于鬼岛、神岛和人门岛上，揽三门于一坝，天险成平湖，并为发电灌溉和防洪发挥了作用。

黄河出郑州西北的桃花峪，便进入大平原，揭开了下游景观的序幕。在郑州黄河游览区，登上邙岭的极目阁，远眺黄水东流，金光洪涛，浩浩淼淼，直连天际，壮阔无比，方显出黄河的博大气度。《大河赋》说："览百川之弘壮，莫尚美于黄河。"不过，观黄河须在夏季，冬季则水量很小，难以领略其风姿。

黄河上源本是一条清净的河流，自从进入黄土高原以后，由于水土流失，含沙量不断增加，逐渐变成黄色的河流。当它到三门峡时，含沙量达到顶点。据水文站测定，黄河平均每年经过三门峡的泥沙达 16 亿吨，平均每立方米水中含沙量 37.7 公斤。含沙量最多时，每立方米水中，就有 746 公斤，简直成了泥浆！据估算，平均每年约有 12 亿吨泥沙送出河口填海，约有 4 亿吨沉积在河道中，因而河床逐年增高，当河床高于地面时，河流就自然改道。为防黄河改道之害，自古以来，筑堤拦水，水高堤高，河道成了高出地面的"悬河"。现在的黄河河床，一般比堤外平地高出 3～5 米，比开封铁塔地面要高出 7 米多。远望河中船只，似在空中航行。黄河一旦决堤，北可淹到天津，南可波及淮河与长江。据记载，从公元前 602 年到 1938 年的 2540 年中，黄河决溢次数多达 1 590 次，史称"黄河三年两决口"，其中重大改道 26 次，大型迁涉改道七次。以入海口为例，公元前 602 年黄河从天津入海，公元 11 年于山东现黄河道入海，公元 1048 年在山东与河北接壤处入海。公元 1194 年、1494 年于淮河入海，1855 年于现黄河道入海，1938 年

于淮河入海。每次决口、改道都给人民生命财产带来惨重损失。1938 年抗日战争期间，蒋介石为了掩护国民党军队败退，竟下令扒开花园口黄河大堤，使黄河洪水吞没了豫、皖、苏三省 44 县市 89 万人的生命。

1949 年后，在毛泽东主席和周恩来总理的亲自关怀下，对黄河进行了全面考察研究、规划和整治，在黄河干流和支流上修建了大批大中型水利、水电工程及成千上万个小型工程，在中上游开展水土保持工作。40 多年来黄河发挥了巨大作用，而从未发生决口之类的灾害，在黄河历史上创造了新纪录。

黄河功过，自古以来就有不同评说。然而纵观黄河历史，便可清楚地看到，改造黄河历来是中华民族的重任。

从古地理的角度看，300 多万年来，黄河填海造陆，为中原大地和华北大平原的形成起到了主要作用。直到今天，它一方面侵蚀黄土高原，另一方面又以每年填海造陆 28 平方公里的惊人速度向渤海挺进。1949 年后几十年来，已填出 1 000 多平方公里的肥田沃地。现已成为欣欣向荣的农场和胜利油田的重要组成部分。

从人类历史来看，黄河流域大约 80 万年以来，“蓝田猿人”、“丁村人”、“河套人”就劳动生息在这块富饶的土地上，创造了旧石器文化。从两千多处原始村落遗址来看，新石器时代，我们祖先就广泛地在黄土高原过着定居的农业生活。根据文字记载，从殷商到北宋，黄河流域一直是中国的政治、经济和文化中心。十一朝古都西安、九朝古

都洛阳和七朝古都开封都在这里。至于在这块土地上所创造的科学、文化、艺术成就那就不胜枚举了。人们称赞黄河是中华民族的摇篮，是华夏人民的母亲，它是当之无愧的。黄河的功劳不可磨灭，而且现在继续哺育着一亿多人民，并以它所蕴藏的丰富资源服务于祖国建设。今天，黄河子孙应当科学地按照黄河流域自然规律，继往开来，发扬优势，防治灾害，恢复植被，维护生态平衡，为中华民族复兴、繁荣作出更大的贡献！

（三）黑龙江

黑龙江是一条流经中、俄、蒙三国的国际性河流。因流经黑土地带，河水呈黝黑色，又蜿蜒似龙，故得名黑龙江。它有两支源头，北源为蒙古人民共和国肯特山脉东麓的石勒喀河，南源为我国大兴安岭西坡的海拉尔河。从南源始计，黑龙江全长4 370公里，流域面积184.3万平方公里。黑龙江与松花江、乌苏里江两大支流汇于三江平原，形成水网稠密的沼泽区，过去称北大荒，而今已开垦成东北的重要粮食基地——“北大仓”。

松花江流域几乎包括了东北的北部大地。流域的森林植被很好，水土流失甚微，河流含沙量极低，每立方米仅0.6公斤，不足黄河含沙量的1/200。松嫩平原多沼泽草地，是候鸟水禽的天堂，扎龙丹顶鹤自然保护区就在这里（齐齐哈尔市东南）。扎龙沼泽广阔，芦苇、水草丛生，湖水清澈，是丹顶鹤等珍贵水禽的繁衍生息场所，有百余种珍禽，

故有“百鸟园”之称。目前世界鹤类15种，我国有9种，这里就有6种。

第二松花江源于长白山天池，飞流直下，形成高68米的长白瀑布，它穿林海，汇集于松花江。在吉林的松花江上有著名的松花湖（即丰满水库），碧波如镜，奇峰林立，林木葱郁，是夏季避暑、冬季滑冰的好去处。支流牡丹江上的镜泊湖则是天然的火山熔岩堰塞湖。它是由火山喷发流出的岩浆冷凝成坝，堵塞牡丹江而形成的湖泊。因湖水清澈，平静如镜，故名镜泊湖。湖长45公里，曲岸多姿，四面青山，湖中有大、小孤山、珍珠门、道士山等岛屿为湖光增色。镜泊湖北口有一个40余米宽、25米高的瀑布倾泻于数十米的深潭之中，狂涛翻卷，水珠飞舞，声如雷鸣，十分壮观、迷人。

黑龙江的最大特色，还数冬景。流域气候寒冷，约有半年左右的封冻期。黑龙江干流上游的封冻期年均160天以上，最大冰厚1.25～1.50米，中游140～160天，冰厚1.00～1.25米，可开着汽车过河。松花江干流封冻期约140天，冰厚一米左右。黑龙江畔的漠河位于北纬53°以北，有我国“北极村”之称。夏至前后，可以在午夜欣赏晚霞与曙光同辉的奇观，幸运者还可见到北极光。

冬天的松花江，银装素裹，玉树琼花，一片冰雪世界，独具魅力。观赏树挂、冰雕，乘坐雪橇、冰帆，进行溜冰、滑雪等活动，则是另一番美的享受。哈尔滨在松花江畔，一年一度的冰雕、冰灯游园会已成“冰城”哈尔滨的盛大

节日。艺术家以冰为原料，雕塑出水晶般的特殊艺术世界。它不仅吸引着国内游人，并已发展成为世界性的活动。

与哈尔滨冰雕齐名的吉林树挂，即雾凇，亦是松花江上游的特有自然景观。雾凇是在寒冷的雾天里，附着于树枝和景物表面白色松软的凝结物，形成“千树万树梨花开”的美妙世界。吉林处于特殊的地理环境中，出现雾凇的次数多，持续时间长。每年10月至次年4月，尤其是冬至以后，几乎天天都有，使吉林成为观赏树挂的最佳胜地。

（四）珠江

珠江是我国南方大河，由西江、北江和东江三条河流组成水系，入海口则有八条水道注入南海。下游水网密集的珠江三角洲平原是南方的金三角。珠江长2 197公里，流域面积45.26万平方公里，为我国第四大河。流域大部分处于我国热带、亚热带季风多雨区，植被良好，水量丰富，河口年均流量11 070立方米/秒，仅次于长江（31 060立方米/秒），比黄河大六倍，居全国第二位。

珠江水主要来自西江。西江占珠江总水量的77%。西江源于云贵高原。它的许多支流发育在石灰岩地区，形成许多奇秀的岩溶景观（即喀斯特地貌）。岩溶是指可溶性岩石，主要是石灰岩中的碳酸钙可溶于水，在流水的溶蚀下，形成特有的地貌形态。在地质历史上，西江流域处于湿润多雨的热带气候环境中，水温较高，水量丰富，为岩溶发育创造了得天独厚的条件。在地表和地下水的溶蚀下，地

上和地下的岩溶均得以充分的发育。石灰岩峰丛、峰林、孤峰、石林和溶洞等都是很有观赏价值的典型岩溶景观，尤其与河流、湖泊结合成为岩溶山水奇观。西江上源北盘江，河谷深切形成岩溶槽，支流上有许多暗河和跌水，著名的黄果树瀑布就在其支流打邦河上。“山水甲天下”的桂林漓江风景，“岭南奇秀”的左江山水，以及遍布山山岭岭间的溶洞都是大自然雕刻家——水的艺术杰作。

漓江是西江上游桂江的一条支流，发源于（兴安县）南岭。沿江两岸山青水秀，洞奇石美，素有桂林山水甲天下之誉。有人以“四绝”概括桂林山水特色。“四绝”是簪山、带水、幽洞和奇石的总称。其中簪山、带水是从唐代文学家韩愈的名句“江作青罗带，山如碧玉簪”而来。从漓江两岸2 000多平方公里的风景区看，真是洋洋大观，有群山森立如林的峰林，有“拔地参天起一峰”的孤峰，亦有连座多峰的峰丛。其形有老人峰、象鼻山、骆驼山、书童山、碧莲峰等。在桂林岩溶平原上，不仅“平地涌千峰”，而且碧水如带，山环水绕，山水交融，“漓江下瞰净如练”，“群峰倒影山浮水”。

桂林“无山不洞，无洞不奇”。据统计，已发现的岩洞约2 000余处，如著名的芦笛岩、七星岩等。桂林之石奇在造型丰富，形态变化无穷，非其他岩类可比。无论是瘦、透、漏、皱的玲珑巧石，或是晶莹如玉、色彩斑斓的钟乳石，都是令人精观细赏的自然佳作。

桂林山水之美，更在于簪山、带水、幽洞和奇石的有

机结合，构成“无水无山不连洞，无山无水不入神”的优美境界。桂林山水最绝妙的要数烟雨漓影。正如清人袁枚诗云：“江到兴安水最清，青山簇簇水中生。分明看见青山顶，船在青山顶上行。”

美丽的漓江，早在8000多年前，已有人类在甑皮岩洞中繁衍生息。自秦始皇时凿灵渠，开辟湖南湘江与漓江航道后，桂林便成为古代中国“南连海域，北达中原”的重镇。秦堤灵渠始建于公元前214年。它与都江堰一样，闪耀着中华民族古老文化的光辉。秦以后，尤其是唐宋以来，大量的摩崖石刻、造像、古建筑等巧构于山、水、洞、石之间；赞美的诗词达4 000余首，使仙境般的自然山水渗透了丰富的文化色彩，形成独具特色的桂林山水文化。常言道：“看山如观画，游山如读史”，游览桂林山水，不仅是一种美的享受，而且会获得许多科学和历史文化知识。

位于南宁地区的左江，也是西江上游的一个小支流。它那曲折多姿，迂回在峰林、峰丛、孤峰之间的如带似练的江水，其景观与漓江相仿。但漓江处于中亚热带，左江却处在准热带地区，其间分布有热带特征的“季雨林型常绿阔叶林”，构成南国奇秀的独特景观。它秀在青山绿水，奇在千姿百态的岩溶地貌、丰富多彩的热带型植被、世界独有的白头叶猴和充满魅力的悬崖壁画。左江两岸除峰林夹江，还有高约20米的沿江陡岸皆以玲珑剔透的“太湖石”（石灰岩）构成，船行江边令人目不暇接。横跨左江南北的岽（lòng）岗——龙瑞自然保护区，拥有最典型的准热

带植被。蓊（wěng）郁茂密、层次多、种类繁，组成千峰披绿、万山尽翠、生机勃勃的绿色世界。保护区有1 400多种热带植物，100余种动物，其中有不少珍稀动植物，如白头叶猴和金花茶，属世界独有。白头叶猴，四肢细长，体态轻盈，除头部和尾巴的毛色雪白外，全身皆黑，食树叶，栖息于悬崖峭壁，常戏耍在崖树之间，非常逗人喜爱。

左江多曲流，河曲外侧往往有奇峰临江崛起，悬崖壁立，雄险逼人，峭壁高100～300米。尤其是在上凸下凹难以攀登的崖壁上，有许多令人迷惑不解的壁画。当地人称“画山”、“仙影山”、“人影山”。这些“仙影”更为奇山秀水增添了神奇色彩。沿江200多公里，两岸共有97座悬崖有崖画，计178处，287组，构成一座巨大的画廊。其中规模最大的是宁明花山崖壁画。花山绝壁临江，崖壁高250米，宽290米，崖壁上部外倾下部内收，形同弧形廊檐。画面长210米，高44米，共1 800多个图像。画中以人像为主，还有内容丰富的各种物像。据考古分析，一般认为该画为2000多年前所为。但仍有许多谜未解，因而左江崖画依然蒙着一层神秘的面纱，吸引着无数的游人。

马岭河源自乌蒙山，流入南盘江，流域为岩溶地貌，河谷深切，构成一条宽约200米、岸高120～200米的峡谷，岸上千米山峰如屏如障。两岸陡壁悬崖，飞瀑飘洒，钙华彩结，草木蒙茏其上，构成一条数十公里的天然画廊。

上游河谷两岸各有一处温泉，一称“姑娘泉”，一称“儿子泉”，自古以来，男女对河各自沐浴，已成自然天趣

和风俗。纳省峡的赤壁悬崖，堆岩流彩，与清泉飞瀑相映，被誉为“五彩长廊”。更令人流连忘返的还是“天星画廊”峡，其间有10余条瀑布，落差多在100米以上。形态各异的飞瀑、悬瀑和叠瀑各展风姿。瀑布飘落的烟云，在阳光照射下折成满谷彩虹，一江霞光，一派虚幻神奇景象。河中，岩溶石时起时伏，如岛如屋。河滨有芭蕉、翠竹、绿草和沙滩。绝壁间，吊藤悬木，随风摇曳，生机勃勃。

顺流而下，在连续两公里的绝壁上，由钙华堆积岩构成的大石瀑高达200米，十分壮观。细细看来，却似数不尽的造型雕琢。马岭河峡谷出口两侧是极为壮观的峰林景观，因面积达200平方公里，称“万峰林”。翠峰间有流水、田园和村寨。马岭河流域有20多个少数民族，各具特色的风情民俗与山水美景相映生辉。

在北盘江支流打邦河水系不仅有闻名的黄果树瀑布，在它的上下游还有形态各异的瀑布群分布。这些发育在岩溶河谷的瀑布，形态尤为丰富。黄果树瀑布高74米，宽81米，夏季流量可达1 000立方米/秒，倾河之水倒泻断崖，奔腾怒吼，声闻数里。

近年来，黄果树上下游岩溶河谷中发现了许多瀑布和典型的岩溶景观。如上游陡坡塘，规模很大的钙华潭及其外溢的瀑布，下游梯田式的螺丝滩瀑布以及千珠万线组成的天星桥银链瀑等。在天星桥宽阔的谷地上，发育着一片小石林，一般高度四五米左右，石上多长树、藤、仙人掌和兰草，如微缩的山岳，似放大的盆景，十分精巧自然。

樟江是西江北支中的小支流，源于贵州高原南缘的斜坡地带，自北向南流经荔波县境，其流域是发育十分典型的岩溶地貌。樟江地处中亚热带山地湿润气候区，幸存着数百平方公里、世界罕见的亚热带喀斯特原生森林，其生态系统具有极高的科学、美学和保育价值。但是，这种生态系统是十分脆弱的。其周围被开发地区皆为荒山秃岭，这就是例证。因此，保育是第一重要的。

樟江特色在于山石树水，无不生奇，互结互构，融为一体。它的支流大小七孔河流域，便是典型的代表。小七孔响水河上游，有一片奇特的水上森林。长在岩溶河床上，树不大而奇古，水不深而流急，绿阴下黑石、青苔、树根与清流白浪构成水上森林景观。河岸的龟背山，雕镂百态的岩溶石上，生长着茂密的原始森林，藤萝挂彩，遮天蔽日。下游水出翠谷，奔泻于钙华构成的68级阶梯式的河床中，潭瀑交替、白练银珠落碧潭，水声回荡，在空谷中形成悠扬乐章。大七孔神水河，上游一江碧水穿山切谷，几经曲折，泻入地下成暗河，复出成地上、地下双层河，最后涌出穿过60余米高的天生桥，静静地汇入樟江。

珠江的西江和东江干流以南地区，处热带和南亚热带，为鱼米之乡，且为热带水果如荔枝、龙眼、芒果、木菠萝、香蕉等产区。这里四季常青，花果不败，极为富庶。

（五）淮河、济水与钱塘江

在古代，以黄河中下游为活动舞台的中原人看来，天

下最大的四条大河，当数江、河、淮、济。这是古人受社会发展水平和地理视野的局限所致。如今，江、淮、河仍为人们所熟知，而济水由于黄河不断改道，袭夺了济水很长一段河道，济水被肢解，其残余河段各取其名，只有它的源头仍叫济水。它在王屋山东南麓的济源市境内，济源是因济水之源得名。城北的济渎池是济水的东源，池前还有一座古代帝王祭祀济水的济渎庙。济渎庙规模宏大，中轴线长500余米，始建于隋开皇二年（582），现尚存殿宇70多间，包括宋、元、明、清各代古建筑、古碑数十通，以及千年古柏等文物，很有历史文化价值。博览济源，重温历史，可见当年济水在名山大川中的地位。

淮河流域位居中原大地，与黄河下游毗连，历来是中原逐鹿、兵家必争之地。淮河也和黄河一样渗透着中华民族的灿烂文化。黄河是一条悬河，河床高出平原地面数米，黄河河道（包括故道）便成了华北平原上一条特殊的分水岭，亦是世界罕见的分水岭。淮河北部不少支流就发源于此。黄河泛滥曾多次袭夺淮河水系而注入黄海。

沿淮河干流西接秦岭一线的南北两侧，无论地质、地貌、气候、水文、土壤、生物等自然地理要素都有显著的差别，素有我国南北方的“地理界线”之称。通常所说“南船北马”，“南人吃米”、“北人吃麦”，就是以此线划分南北的。此线以北，最冷的月平均气温低于0℃，土壤与河流冻结，冬季不能生长作物，基本无常绿阔叶林，水分不足，农业以旱作为主。此线以南，最冷月均温高于0℃，土

壤与河流基本不冻结，全年可生长作物，有常绿阔叶树，水分较充足，以水田作物为主。因此，淮河在地理科学上是很有意义的。

钱塘江古称浙江，也是浙江省名的由来。它发源于皖南休宁板仓，全长 494 公里，注入杭州湾流向东海。流域面积五万平方公里。从长度论，它算不上一条大江，但从江河景观来看，钱塘江却是一条名副其实的名江大河。

钱塘江地处中亚热带常绿阔叶林地带，植被良好，气候温暖，雨量充沛。黄河长虽为钱塘江的 11 倍，流域面积为 15 倍，但两条河的平均水流量却相差无几。钱塘江上游称新安江，中游称富春江，下游才称钱塘江，是一条物华民丰的锦绣之江。

新安江以山青水碧而闻名，素有“锦峰秀岭，山水之乡”的美誉。江水之清使一生好入名山游的李白赞叹不已：“清溪清我心，水色异诸水；借问新安江，见底何如此！人行明镜中，鸟度屏风里。”新安江穿行于重山复岭之间，迂回于丘陵盆地之中。自 50 年代新安江水库建成后，一坝挡碧水，高峡出平湖。湖面有 575 平方公里，浩如碧海，湖中有 1 078 座岛屿，故又名千岛湖。湖周群山环抱，绵延起伏；湖中千岛浮翠，波光粼粼，倒影如镜；岛上林木蓊翳，洞石幽奇，景观各异，如同水上仙境。

富春江是一条充满诗情画意的名江，有“天下佳山水，古今推富春”之誉。登富阳鹳山的“春江第一楼”，观富春江景色，江面舒展，近山如黛，远岭淡抹，江轮与白帆争

流，鸥鸟同白云齐飞，如诗似画。富春江两岸盆地、平原、峡谷相间，沙洲散落于江水中间，江上渔舟，田间稻香，一派水乡风情。春来桃花满坞，夏日绿阴青山，秋柏染红碧水蓝天，冬天绿竹丛中盛开白梅。古镇临江，青瓦粉墙和层楼错落，码头上下车船奔忙。

富春江最引人入胜处是七里泷峡谷，又称严陵濑，有“严陵山水甲天下”的美称。峡谷下游，东西两岸有临江对峙的两座石峰，高数十丈，顶平如台，颇为壮观。东台称严子陵钓台。严子陵是刘秀的同窗，曾帮助刘秀复兴汉室，立过功劳。刘秀当皇帝后，召其为官，他婉言谢绝，隐居富春江，并常到此钓鱼。历代名人在钓鱼台留下不少墨迹，以追思这位高士的品德。宋代文学家范仲淹还在此筑严子陵祠，并颂曰：“云山苍苍，江水泱泱，先生之风，山高水长。”

富春江过闻家堰，称钱塘江，江面壮阔，一展平川，浩浩荡荡，极具大江风采。当你漫步钱江大桥，或登临杭州月轮山六和塔鸟瞰，大江风采一览无遗。

钱塘江口形似喇叭，每当夏季涨潮时，大潮向江口涌来，渐近浪越高，形成一道接一道高出水面数米的“水堤浪坝”，以翻江倒海之势，轰雷震耳之声，排空而来，构成钱塘江怒潮奇观。每年农历八月十八日前后，钱塘江潮水最大。自唐朝以来，海宁观钱塘大潮已成风俗。南宋建都杭州，朝廷规定每年八月十八日在海宁江面检阅水师。还有“弄潮儿”在惊涛骇浪中表演各种弄潮技巧（类似现代的冲浪运动）。海潮来势汹涌，为了防止潮水为害，自秦汉

以来，在钱塘两岸不断修筑海塘。2000多年来，筑成一道长400多公里的“防海长城”，成为世界上最著名的海岸工程之一。如今站在那高八米的防海长城之上，观览钱江怒潮，怎能不为古代劳动人民的伟大创造所折服！

波澜壮阔的钱塘江，充满诗情画意的富春江，哺育了勤劳智慧的劳动人民；生养了忍辱负重，雪耻报国的绝代佳人西施；激励着“卧薪尝胆”发愤图强、报仇雪恨的越王勾践；流传着不以功劳、王亲享权贵，甘愿耕钓富春江的严子之风；洒下了一身正气的谢翱恸哭民族英雄文天祥那悲壮的珠泪。巍巍的鹳山之上，“双松挺秀”亭旁，还长存着为反抗法西斯侵略、维护民族尊严而牺牲的近代文学家郁达夫兄弟之英灵。

充满诗情画意的富春江，触动过多少炎黄子孙的心灵，产生多少与江山相辉映的诗篇。今天，钱塘江又以崭新的姿容迎接来自五湖四海的高朋嘉宾。

二　纵贯南北的京杭大运河

大河东流是中国西高东低的地形大势所决定的。东西向河流不能给南北交通提供便利，因此，开凿南北大运河解决南北交通运输的宏图大业，便成为历代统治者的愿望。早在春秋时代，吴王夫差想争霸黄河流域，于公元前486年，开凿了沟通长江和淮河的运河——邗（hán）沟。这就

是南北大运河的最早开端。在不断开凿南北之间地区性的人工河的基础上，完成开通南北大运河宏图的是隋炀帝。

隋代统一中国后，南方已成为“鱼盐杞梓之利，充仞八方，丝绵布帛饶覆天下”的富庶地区。隋炀帝的军队和京城都需要大量的粮食和布帛。他要享受江南的繁华，于大业元年（605）兴百万之众，先后用六年时间，在各段旧运河的基础上，开凿了连通黄河与淮河的通济渠、连接淮河与长江的山阳渎、穿连镇江—苏州—无锡—嘉兴—杭州的江南运河。最后又凿通黄河以北诸水的永济渠，到达北京附近的涿郡。至此，一条纵贯南北五大东西水系的大运河就开通了。这样，便形成了以洛阳为中心的全国水运网。运河上出现了“舳舻相接，二百余里”的盛况。

运河的开通，促进了沿岸地区经济发展、城镇繁荣和南北的文化交流。隋唐时代，扬州成为“十万人家”、“十里长街”的繁华都市，“街垂千步柳，霞映两重城。天碧台阁丽，风凉歌管清”（唐杜牧诗）。著名的古城苏州、人间天堂的杭州成了有名的旅游城。唐代诗人杜笋鹤诗《送人游吴》：“君到姑苏见，人家尽枕河。古宫闲地少，水港小桥多。夜市卖菱藕，春船载绮罗。遥知未眠月，乡思在渔歌。”白居易亦不忍离开美丽的西湖，在他的《春题湖上》写道：“湖上春来如画图，乱峰围绕水平铺。松排山为千重翠，月点波心一颗珠。碧毯线头抽是稻，青罗裙带展新蒲。未能抛得杭州去，一半勾留是此湖。”

随着全国政治中心的转移，运河中心亦随之易地。北

宋以开封为中心，元明清以北京为中心。元世祖忽必烈统一中国后，需大量的粮食，主要依赖长江下游地区。经著名水利专家郭守敬的规划设计，开凿山东运河段和北京通惠河，使大运河直通北京城里的积水潭（今什刹海）。至此，北起大都南至杭州的京杭大运河全线贯通。南来的漕船从杭州直航大都城里，泊于什刹海。当时的什刹海“舳舻蔽水”，可见其盛。

清代又对运河的某些河段进行疏浚或改道，使其畅通。因此漕运量大增，最高年份漕粮运量可达580万石，它对北京的繁荣与发展起到了巨大的作用。

京杭大运河全长约1 750公里，是世界上开凿最早、航线最长、工程最大的人工运河。它可与跨山越岭的万里长城媲美。这一辉煌工程充分体现了中国古代水利、建筑、测量、工程设施等方面的科学成就，反映了古代中国人民的高度智慧和卓越创造。

从邗沟开始，两千多年来，大运河北段虽时塞时通，但江南运河却古往今来，船舶云集，百舸争流。直至今日，南运河仍然是江南交通运输的动脉。北运河也将与宏伟的南水北调工程结合而复兴其南北交通运输的功能。

三　西部江河的独特景观

西部江河，仅指新疆和西藏的一些有代表性且很有特

色的河流与湖泊。如新疆的塔里木河、罗布泊和艾丁湖，西藏的雅鲁藏布江、羊卓雍湖等。

（一）塔里木河

塔里木河是我国最长的内流河。其长度仅次于长江、黄河、黑龙江和珠江，居全国第五位，全长2 179公里。它位于新疆维吾尔自治区南部的塔里木盆地，蜿蜒于塔克拉玛干大沙漠的北缘。塔里木盆地是我国最干旱的地区，被称之为“干极”。干极中的塔里木河之水来自千里之外的山地。主要有三个源头：一是阿克苏河，发源于天山，流量最大，是常年不竭的主要源流；二是叶尔羌河，源于喀喇昆仑山，只有洪水期才有水注入塔里木河；三是和田河，也发源于喀喇昆仑山，它穿过塔克拉玛干大沙漠，流入塔里木河，成为塔里木河的第二源流。

塔里木河水主要靠上源山地降水和冰雪融化补给。其最大特点是由于游荡于沙漠，河水的渗漏、蒸发和含沙量都很大，且汊流众多，素有“水上迷宫”之称。它的河道迁徙不定，有如“无缰野马”。据记载，最近的一次改道在1921年，其下游流经孔雀河而归入罗布泊。

水是生命之泉，沙漠有充足的光热能源，水热结合，使这生命之河的两岸生长着千里胡杨林，成为沙漠里的绿色长廊。进入塔里木河腹地，胡杨林遮天蔽日。很难想像，沙漠中竟有这么神奇美丽的原始森林。胡杨，维吾尔语叫“托克拉克”，意为“最美丽的树”。它具有抗干旱、御风

沙、耐盐碱的能力，顽强地生存、繁衍于沙漠之中，故又有“沙漠英雄树”的美誉。人们说，胡杨树能活千年，死了还能立千年，倒了烂千年，真可谓英雄。胡杨林还是马鹿、野骆驼等珍稀动物的庇护所。

50年代，塔里木河流域进行大规模军垦，兴修水利工程，引水灌溉，开荒造田。如今，塔里木河西部和北部广阔的农牧场成为新的粮棉、桑蚕、瓜果基地，沙漠绿洲，塞外鱼米之乡。

（二）罗布泊

罗布泊，古时称蒲昌海、盐泽，位于塔里木盆地东部，面积3 000多平方公里，湖面海拔768米。湖水源于塔里木河、孔雀河和地下水。罗布泊处于极干旱的塔里木盆地，蒸发强烈，水的矿化度很高，“故有盐泽之称”（《水经注》）。罗布泊随气候水文的变化而变化，不同的历史时期，湖泊的范围伸缩不定。尤其是近几十年来，作为主要水源的塔里木河、孔雀河，因兴修水利、引水灌溉，流入罗布泊的水日见减少，乃至涸竭。今日罗布泊已面临干涸的境地，有趋于消失的可能。

在罗布泊古湖盆边缘，尤其是东北部，发育了一种特殊的、很有观赏价值的地貌形态——“雅丹地貌”。“雅丹”，维吾尔语意谓陡壁险峻的小丘。“雅丹”一词已成了世界上地理学和考古学的通用术语，专指干燥地区的一种特殊地貌。“雅丹”常见于干旱区的湖积平原上，因湖水干

涸，土地开裂，盛行大风沿裂隙不断吹蚀，形成一系列造形各异、排列有序的垄冈和沟槽。如城、似屋、像神、像兽，千姿百态，扑朔迷离，令人产生无限暇想。

（三）额尔齐斯河和喀纳斯湖

额尔齐斯河是我国唯一北冰洋水系的河流。它发源于新疆北部的阿尔泰山南麓，在我国境内有600多公里。我国境内的阿尔泰山处于大西洋寒湿气流的迎风坡面，因而雨雪充沛，森林密布，草原丰茂，风景独好，为亚洲大陆中心极干旱区中的"荒漠湿岛"。这里是古代北方各民族迁徙、聚居之地。在延绵千里的阿尔泰山崖壁上，留下数以千计的岩画，成为研究古代东西方文化交流的珍贵历史资料。

喀纳斯湖有如一块宝玉，镶嵌在神秘的阿尔泰山密林中。湖面海拔1 370米。最大湖深为188.5米，是一座典型的冰蚀—冰碛湖。峰峦环湖，雪山倒影，十分迷人。

喀纳斯湖自然保护区，是我国唯一的欧洲—西伯利亚泰加林系生态区。生长着西伯利亚落叶松、红松、云杉和冷杉等珍贵树种。在原始森林和草甸中栖息着多种珍稀动物，具有很高的科学研究价值和保育价值。

喀纳斯湖还有许多特殊的景观，富有神秘感。它随着季节和天气的变化而不时变换色彩，有时湛蓝、有时碧绿、有时黛绿、有时灰白、有时多彩纷呈，成为有名的"变色湖"。另有"湖怪"的传说，前些年亦被科学家的考察研究

揭开谜底。喀湖里的大红鱼（哲罗鲑）往往成群在湖中沉浮游动，远观仿佛是巨大的水怪。这些奇异的自然景观和图瓦族的独特风情及优美的传说，都引起科学、探险、考古和旅游者的极大兴趣。

（四）艾丁湖

艾丁湖位于吐鲁番盆地之底，是我国最低的地方，湖面低于海平面 154 米，是世界第二低地，仅次于约旦死海（-392 米）。艾丁湖地区又是中国最热的地方，极端最高气温达 49.6℃。寸草不长的火焰山，在仲夏烈日下，地表温度竟达 82.3℃，在热沙中烤熟鸡蛋并非夸张之词，故有“火洲”之称。

吐鲁番艾丁湖处于欧亚大陆中心，四周高山环绕，海洋水汽很难到达，使之成为世界最典型的干旱气候区。因空气中湿度很低，故人的感觉是热而不闷，日夜温差很大，并不影响人的生活。吐鲁番降雨极少，但地下水丰富。地表水极易蒸发，当地人民为适应环境创造了通过地下水渠把地下水引向地面的“坎儿井”来灌溉良田和葡萄园。1 200 多条坎儿井，总长 5 000 公里以上，与长城、运河并称我国古代三大工程。由于温差大，瓜果易积聚糖分，所以吐鲁番的葡萄是世界上最甜的，含糖量高达 22% ~26%。总之，吐鲁番是中国最低、最热、最旱和最甜的地方。

吐鲁番不仅景观独特，而且历史悠久，古迹遍布。交河古城是汉以前车师前王国的都城，汉、唐、西辽、元时

代都曾在此设重镇，于元末废弃。高昌古城，奠基于公元前1世纪，6世纪为高昌国都城，唐之西州，是“丝绸之路”北道的重镇，约元明之际废弃。今观其遗址，城郭宏伟，街巷井然，建筑遗址遍布，可见当年之昌盛与繁荣。

火焰山下的柏孜克里克千佛洞是新疆著名的石窟。开凿于6～14世纪，尚存洞窟77个，是研究西域历史文化的珍贵资料。

此外，还有举世称奇的“地下博物馆”——阿斯塔那—哈拉和卓古墓群。这里有西晋初至唐代中叶古墓葬500余座。奇在这里气候炎热干燥，墓穴内形成天然无菌环境，墓中古尸千年不腐，有80%尸体成了天然干尸，并保存了大批文物，成为研究“吐鲁番学”的文化宝库。

（五）雅鲁藏布江

雅鲁藏布江，藏语的意思是从最高顶峰上流下来的水。它发源于喜马拉雅山北坡，沿着喜马拉雅山脉和冈底斯山脉之间的狭长谷地，自西向东，横贯西藏南部，到米林、波密境内，绕过喜马拉雅山脉最东端的南迦巴瓦峰，急转南下，穿山切谷，从水面海拔2 800多米的大拐弯，直泻到水面海拔155米的巴昔卡，流经印度，名为布拉马普特拉河，最终注入孟加拉湾。

雅鲁藏布江在我国境内全长2 091公里，流域面积24万平方公里，河面在海拔3 000米以上的河段占总长3/4，是世界上海拔最高的一条大河。雅鲁藏布江大拐弯峡谷

地区的山顶东侧为海拔 7 151 米的加拉白垒峰，西侧为海拔 7 756 米的南迦巴瓦峰，左右夹峙成峡。从顶峰到江面，水平距离仅 40 公里，而垂直高差竟达 7 000 多米，成为世界上最深的峡谷。

雅鲁藏布江又是世界上险象丛生的大峡谷。它从下游谷口年降雨量高达 4 000 毫米的热带季雨林区，直到上源年降雨量仅 300 毫米的高寒草甸区，其垂直地带变化之复杂，景观之丰富，生物之多样，都是举世罕见的。

雅鲁藏布江河谷，宽窄相间，宽者 8 ~ 10 公里，成为平原沃土，窄者不足百米而成绝壁深峡。平原是富庶的农牧基地，峡谷却是极为丰富的水能宝库。仅大拐弯以下，天然水能蕴藏量达 6 880 万千瓦，成为世界上水能资源最集中的地区之一。

美丽的雅鲁藏布江是西藏民族文化的摇篮。流域的泽当、拉萨及日喀则—江孜三个地区，代表了西藏前期、中期和后期的民族文化和宗教文化。以泽当为中心的雅砻（lóng）河谷地，还遗存着早期的历史文化。如泽当背后贡布山上的猴子洞，相传是藏族祖先猴子居住的地方。泽当，藏语的意思是“猴子玩耍的地方”。泽当南 10 公里山顶上的碉楼式高层建筑——雍布拉康，是西藏第一座宫殿。山下还有第一块耕地，还有松赞干布与文成公主的冬宫——昌珠寺，以及规模宏大的历代藏王墓等丰富的历史文化遗迹。

位于拉萨河畔的拉萨，是西藏自治区首府，为西藏的

政治、经济、文化和宗教中心。拉萨藏语意为“圣地”，始建于公元633年，即藏王松赞干布自泽当迁都拉萨后逐步形成的。现耸立在拉萨河谷平原的布达拉宫、大小昭寺及围绕该寺的八角街、哲蚌寺、色拉寺、罗布林卡寺等，标志着自7世纪以来西藏文化的辉煌和宗教的隆盛。这些传统的历史文化都融入现代化拉萨市的景观之中。

日喀则和江孜是雅鲁藏布江及其支流年楚河宽谷平原中心城镇。这是一片阡陌纵横的肥美土地。江孜是一座既古老又英雄的城市。宗山是江孜的标志，耸立在山上的城堡是500多年前萨迦王朝的宫殿。与其遥遥相对的白居寺和白居塔，是闻名于世的古建筑。独特的白居塔，内藏有10万尊佛像。山上还有1904年江孜人民宁死不屈抗击英国侵略军的炮台。

日喀则，14世纪曾一度成为西藏的政治、经济和文化中心。创建于1447年的扎什伦布寺，是班禅的驻锡地，依山而筑，建筑面积达30万平方米，金碧辉煌，十分壮观，可与布达拉宫媲美。

美丽的羊卓雍湖是西藏的“圣湖”之一，民间传说此湖是天上仙女下凡变成的。羊卓雍湖湖汊多，如琼枝伸向群山，湖中多岛屿，飘渺似仙山。湖西边和北边有终年不化的雪山，倒映于湛蓝的湖水中，分外明丽。湖畔芳草吐百花，水中湟鱼任悠游，岛上天鹅成群。在这洁净、宁静的空间里，还不时传来牧羊女高亢的歌声——“天上的仙境，人间的羊卓”。

羊卓雍湖面积678平方公里，湖面海拔4 410米。在地质史上，曾与雅鲁藏布江联通。后来，在青藏高原隆起过程中，逐渐使它们分离开了。湖面与山下的雅鲁藏布江之间的高差有850米。羊卓雍湖水电站，就是利用这一高差，从半山凿隧道，引湖水入江而建成的。

［Ｇｅｎｅｒａｌ　Ｉｎｆｏｒｍａｔｉｏｎ］
书名＝中国的名山大川
作者＝谢凝高著
页数＝１５９
ＳＳ号＝１２７１２７２１
出版日期＝２０１０．１０